



# EVERYONE NEEDS A HERO

Musique : « Holding Out for a Hero » de Adam Lambert

Chorégraphe : Roy Verdonk (NL), Grace David (KOR) & Jef Camps (BEL) (Janvier 2023)

Type : 64 comptes, 2 murs

1 Tag répété 3 fois

Niveau : Intermédiaire facile

Démarrer la danse après 16 comptes

## S1 (1-8) SCUFF, OUT-OUT, KNEE SWIVEL, KICK-BALL-CROSS, SIDE ROCK/RECOVER

- 1&2 Scuff PD devant, PD en diag avant D (Out), PG en diag avant G (Out)  
3-4 Tourner le genou Droit vers l'intérieur, Tourner le genou Droit vers l'extérieur (Pdc sur PG)  
5&6 Kick PD en diag avant Droite, Poser PD à côté du PG, Croiser PG devant PD  
7-8 Rock PD à Droite, Revenir sur PG

## S2 (9-16) CROSS, 1/4 BACK, 1/2 LEG SWING, STEP FORWARD, 1/4 PIVOT, CROSS SAMBA

- 1-2 Croiser PD devant PG, 1/4 T à Droite et PG derrière 3H  
3-4 1/2 T à droite sur le PG avec la jambe droite en l'air, PD devant 9H  
5-6 PG devant, 1/4 T à droite et PD à droite 12H  
7&8 Croiser G devant PD, PD à droite, PG à gauche (en avançant légèrement)

## S3 (17-24) ROCK FORWARD/RECOVER, 1/4 TOE STRUT, ROCK FORWARD/RECOVER, FULL TURN BACK

- 1-2 Rock PD devant, Revenir sur PG  
3-4 1/4 T à droite et Poser plante PD à droite, Poser talon PD 3H  
5-6 Rock PG devant, Revenir sur PD  
7-8 1/2 T à gauche et PG devant, 1/2 T à gauche et PD derrière

## S4 (25-32) COASTER STEP, WALK R-L, 1/4 SLIDE, DRAG, 1/8 SAILOR STEP

- 1&2 PG derrière, Assembler PD au PG, PG devant  
3-4 Marche PD, Marche PG  
5-6 1/4 T à gauche et Grand pas PD à droite, Glisser PG jusqu'au PD 12H  
7&8 Croiser PG derrière PD, PD à droite, 1/8 T à gauche et PG devant 10H30

## S5 (33-40) STEP FORWARD, 1/2 PIVOT, 1/2 SHUFFLE BACK, WALKS BACK, COASTER STEP

- 1-2 PD devant, 1/2 T à gauche (Pdc sur PG) 4H30  
3&4 1/2 T à gauche et PD derrière, Assembler PG au PD, PD derrière 10H30  
5-6 PG derrière, PD derrière (*Style : faire des Swivel en reculant*)  
7&8 PG derrière, Assembler PD au PG, PG devant

## S6 (41-48) HEEL GRIND, 1/8 SIDE, BEHIND-SIDE-CROSS, SLIDE, DRAG, KICK-BALL-CROSS

- 1-2 Poser talon PD devant, 1/8 T à droite sur le talon D et PG à gauche 12H  
3&4 Croiser PD derrière PG, PG à gauche, Croiser PD devant PG  
5-6 Grand pas PG à gauche, Glisser PD jusqu'au PG  
7&8 Kick PD en diag avant Droite, Poser PD à côté du PG, Croiser PG devant PD

## S7 (49-56) 2 X ¼ MONTEREY TURN

- 1-2 Pointer PD à droite, 1/4 T à droite et Assembler PD au PG 3H  
3-4 Pointer PG à gauche, Assembler PG au PD  
5-6 Pointer PD à droite, 1/4 T à droite et Assembler PD au PG 6H  
7-8 Pointer PG à gauche, Assembler PG au PD

## S8 (57-64) DIAGONAL ROCK/RECOVER, BEHIND-SIDE-CROSS, DIAGONAL ROCK/RECOVER, COASTER STEP

- 1-2 Rock PD en diag avant Droite, Revenir sur PG
- 3&4 Croiser PD derrière PG, PG à gauche, Croiser PD devant PG
- 5-6 Rock PG en diag avant Gauche, Revenir sur PD
- 7&8 PG derrière, Assembler PD au PG, PG devant

## TAG

Après le mur 2, faire les 8 comptes du Tag (face à 12H), mur commencé à 12H

Après le mur 3, faire les 4 premiers comptes du Tag (face à 6H), mur commencé à 6H

Après le mur 4, faire les 4 premiers comptes du Tag (face à 12H), mur commencé à 12H

- 1-2 PD devant, 1/2 T à gauche et pdc sur PG
- 3-4 PD devant, 1/2 T à gauche et pdc sur PG
- 5-6 PD en diag avant droite, PG en diag avant gauche
- 7-8 Ramener PD au centre, Assembler PG au PD

**Recommencer..... et toujours avec le sourire**