



HURTS MY SOUL

Chorégraphe : Niels Poulsen Danemark - Mars 2023

Niveau : Intermédiaire – Rolling Count

Descriptif : Danse en ligne - 2 murs - 32 temps - 1 BRIDGE + 1 TAG

Musique : Walk Away - Christina Aguilera : (iTunes)

Introduction: 16 temps (environ 19 sec)

- 1-8 ½ L SWEEP, L SAILOR, BEHIND ¼ FWD, ¼ L SWEEP, WEAVE, L SLIDE, FWD SWEEP, JAZZ ½ L**
- 1 ½ tour à G ... pas PD arrière avec SWEEP PG lent côté G **6H** (1)
- 2&a **SAILOR STEP G** : CROSS PG derrière PD (2) - petit pas PD côté D (&) - pas PG côté G (a)
- 3&a CROSS PD derrière PG (3) - ¼ de tour à G ... pas PG avant **3H** (&) - pas PD avant (a)
- 4 Pas PG avant ... SWEEP PD d'arrière en avant en faisant ¼ de tour à G **12H** (4)
- 5&a **WEAVE à G** : CROSS PD devant PG (5) - pas PG côté G (&) - CROSS PD derrière PG (a)
- 6-7 Pas PG côté G avec SLIDE PD à côté du PG (6) - pas PD avant avec SWEEP PG d'arrière en avant (7)
- 8&a CROSS PG devant PD (8) - ¼ de tour à G ... pas PD arrière **9H** (&) - ¼ de tour à G ... pas PG avant **6H** (a)
- 9-16 ½ KICK, ¾ L, R FWD, L KICK FWD, BACK LRL, BACK SIDE ROCK X 2, BACK HOOK, FWD L, ½ L**
- 1 ½ tour à G ... pas PD arrière en levant la jambe G avec KICK puis la balancer côté G **12H** (1)
- 2&a3 ¼ de tour à G ... pas PG côté G **9H** (2) - ¼ de tour à G ... pas PD avant **6H** (&) - ¼ de tour à G ... pas PG avant **3H** (a) - pas PD avant avec KICK PG doucement en avant (3)
- 4&a **3 pas courus arrière**: pas PG arrière (4) - pas PD arrière (&) - pas PG arrière (a)
- 5&a Pas PD arrière (5) - ROCK STEP latéral G côté G (&) - revenir sur PD côté D (a) avec déplacement arrière
- 6&a Pas PG arrière (6) - ROCK STEP latéral D côté D (&) - revenir sur PG côté G (a) avec déplacement arrière
- 7-8a Pas PD arrière avec HOOK PG devant jambe D (7) - pas PG avant (8) - ½ tour à G ... pas PD arrière **9H** (a)
- 17-24 ½ L FWD WITH R SWEEP, ½ OF A DIAMOND, STEP SLIDE L&R, ¼ L DIP, FULL TURN R**
- 1 ½ tour à G ... pas PG avant avec SWEEP PD en avant **3H** (1) ... BRIDGE ici pendant le 2^{ème} mur
- 2&a CROSS PD devant PG (2) - pas PG côté G (&) - 1/8 de tour à D ... pas PD arrière **4H30** (a)
- 3&a Pas PG arrière (3) - 1/8 de tour à D ... pas PD côté D **6H** (&) - 1/8 de tour à D ... pas PG avant **7H30** (a)
- 4&a Pas PD avant (4) - 1/8 de tour à D ... pas PG côté G **9H** (&) - CROSS PD derrière PG (a)
- 5-6 Pas PG côté G avec SLIDE PD vers PG (5) - pas PD côté D avec SLIDE PG vers PD (6)
- 7-8a ¼ de tour à G ... pas PG avant en ramenant genou D vers genou G (« S'appuyer » sur les genoux) **6H** (7) - ½ tour à D ... transfert du poids du corps sur PD **12H** (8) - ½ tour à D ... pas PG arrière **6H** (a)
- 25-32 ½ R SWEEP, L WEAVE, R&L BALANCE STEPS, FWD R, L HITCH, BACK LR, ½ L, STEP ½ L X 2**
- 1 ½ tour à D ... pas PD avant avec SWEEP PG lent en avant **12H** (1)
- 2&a **WEAVE à D**: CROSS PG devant PD (2) - pas PD côté D (&) - CROSS PG derrière PD (a)
- 3&a Pas PD côté D (3) - ROCK STEP PG arrière (&) - revenir sur PD avant (a)
- 4&a Pas PG côté G (4) - ROCK STEP PD arrière (&) - revenir sur PG avant (a)
- 5 Pas PD avant avec HITCH genou G (5)
- 6&a **2 pas arrière**: pas PG arrière (6) - pas PD arrière (&) - ½ tour à G ... pas PG avant **6H** (a)
- 7a **STEP TURN** : pas PD avant (7) - 1/2 tour PIVOT à G sur BALL PD ... prendre appui sur PG avant **12H** (a)
- 8a **STEP TURN** : pas PD avant (8) - 1/2 tour PIVOT à G sur BALL PD ... prendre appui sur PG avant **6H** (a)

Bridge de 2 comptes seulement! Pendant le 2^{ème} mur, après 17 comptes, vous serez alors face à 9H : pas PD avant avec SWEEP – pas PG avant avec SWEEP.

1-2 Pas PD avant avec SWEEP PG avant (1) - pas PG avant avec SWEEP PD avant (2) (continuer la danse avec le ½ diamant)

Tag de 2 comptes seulement ! A la fin du 4^{ème} mur, face à 12H : ½ L back R, sweep L, back L, sweep R

1-2 ½ tour à G ... pas PD arrière avec SWEEP PG côté G (1) - pas PG arrière avec SWEEP PD côté D (2)
... Puis RESTART mais ne pas faire le ½ tour à G – faire seulement un pas PD arrière avec SWEEP PG côté G ... sailor step G **6H**

Fin : Utiliser la version courte de la chanson ! Terminer le 7^{ème} mur, face à 6H. Reprendre la danse en faisant ½ tour à G ... pas PD arrière, puis pas PG arrière ... vous êtes à nouveau face à 12H.

NOTE: La musique dure près de 6 min! Me contacter pour ma version courte ou baisser progressivement le son à env. 4min50.

Source: Copperknob. **Traduction et mise en page :** HAPPY DANCE TOGETHER Mars 2023

<https://youtu.be/rPZHL8FJxWE>

Bellegarde-en-Forez 42210 lenid.baroin@wanadoo.fr <http://www.happy-dance-together.com/>

Se reporter impérativement à la fiche originale du chorégraphe qui seule fait foi.