



# Help Me

**Musiques** " Undo the right " Tracy Byrd  
" I love this bar " Toby Keith  
**Chorégraphe** Sergi Boada  
**Description** Danse en lignes, 32 comptes, 4 murs  
**Niveau** Débutant

## **Right Rock Step, right back Rock Step, right Shuffle $\frac{1}{2}$ turn left**

1 - 2 pas D en avant avec poids du corps ( pdc ), revenir sur PG  
3 - 4 pas D en arrière avec pdc, revenir sur PG  
5 & 6 pas chassé D,G,D avec  $\frac{1}{2}$  tour à G

## **Left back Rock Step, left Rock Step, left Shuffle $\frac{1}{2}$ turn left**

1 - 2 pas G en arrière avec poids du corps ( pdc ), revenir sur PD  
3 - 4 pas G en avant avec pdc, revenir sur PD  
5 & 6 pas chassé G,D,G avec  $\frac{1}{2}$  tour à G

## **Right Jazz Box, right side Step, Behind, right Shuffle**

1 - 2 croiser PD devant PG, pas G en arrière  
3 - 4 pas D à D, croiser PG devant PD  
5 - 6 pas D à D, croiser PG derrière PD  
7 & 8 pas chassé D à D

## **Left Rock Cross, left Kick Ball Cross, left Shuffle $\frac{1}{4}$ turn left, right Shuffle $\frac{1}{2}$ turn left**

1 - 2 croiser PG devant PD avec pdc, revenir sur PG  
3 & 4 lancer jambe G en diagonale avant , PG à côté PD, croiser PD devant PG  
5 & 6 pas G à G, PD à côté PG, pas G en avant  $\frac{1}{4}$  de tour à G  
7 & 8 pas chassé D  $\frac{1}{2}$  tour à G

## **Left Coaster Step, right & left Stomps**

1 & 2 pas G en arrière, PD à côté PG, pas G en avant  
3 - 4 taper le sol avec PD puis PG