

Everyone Needs a Hero

64 counts / 2-wall / easy intermediate



Choreographie: Roy Verdonk, Grace David & Jef Camps (Jan. 2023)
Musik: **Holding Out for a Hero** von Adam Lambert

Intro: 16 Counts, nachdem der Beat begonnen hat

Scuff, Out-Out, Knee Swivel, Kick-Ball-Cross, Side Rock/Recover

1&2 RF mit Ferse über den Boden streifen, RF Schritt nach re, LF Schritt nach li
3-4 re Knie nach innen drehen, re Knie nach außen drehen (Gewicht bleibt auf LF)
5&6 RF kickt re diagonal, RF zu LF stellen, LF kreuzt vor RF
7-8 RF Schritt nach re, Gewicht zurück auf LF

Cross, 1/4 Back, 1/2 Leg Swing, Step Forward, 1/4 Pivot, Cross Samba

1-2 RF kreuzt über LF, 1/4 Rechtsdrehung & LF Schritt zurück 3:00
3-4 RF schwingen während 1/2 Rechtsdrehung auf LF, RF Schritt vor 9:00
5-6 LF Schritt vor, 1/4 Rechtsdrehung & Gewicht auf RF wechseln 12:00
7&8 LF kreuzt über RF, RF Schritt nach re, LF Schritt nach li (dabei etwas vorwärtsbewegen)

Rock Forward/Recover, 1/4 Toe Strut, Rock Forward/Recover, Full Turn Back

1-2 RF Schritt vor, Gewicht zurück auf LF
3-4 1/4 Rechtsdrehung 3:00 & RF Schritt nach re mit Zehenspitze, RF Ferse abstellen
5-6 LF Schritt vor, Gewicht zurück auf RF 3:00
7-8 1/2 Linksdrehung & LF Schritt vor, 1/2 Linksdrehung & RF Schritt zurück

Coaster Step, Walk R-L, 1/4 Slide, Drag, 1/8 Sailor Step

1&2 LF Schritt zurück, RF zu LF stellen, LF Schritt vor
3-4 RF Schritt vor, LF Schritt vor
5-6 1/4 Linksdrehung & RF großer Schritt nach re, LF zur RF heranziehen 12:00
7&8 LF kreuzt hinter RF, RF Schritt nach re, 1/8 Linksdrehung & LF Schritt vor 10:30

Step Forward, 1/2 Pivot, 1/2 Shuffle Back, Walks Back, Coaster Step

1-2 RF Schritt vor, 1/2 Linksdrehung & dabei Gewichtwechsel auf LF 4:30
3&4 1/2 Linksdrehung & RF Schritt zurück, LF zu RF stellen, RF Schritt zurück 10:30
5-6 LF Schritt zurück, RF Schritt zurück (Styling: swiveln bei Rückwärtsschritten)
7&8 LF Schritt zurück, RF zu LF stellen, LF Schritt vor

Heel Grind 1/8 Side, Behind-Side-Cross, Slide, Drag, Kick-Ball-Cross

1-2 auf re Ferse Schritt vor, 1/8 Rechtsdrehung auf Ferse & LF Schritt nach li 12:00
3&4 RF kreuzt hinter LF, LF Schritt nach li, RF kreuzt vor LF
5-6 LF großer Schritt nach links, RF zu LF heranziehen
7&8 RF kickt re diagonal, RF zu LF stellen, LF kreuzt vor RF

2 x 1/4 Monterey Turn

1-2 RF mit Fußspitze re auftippen, 1/4 Rechtsdrehung & RF neben LF stellen 3:00
3-4 LF mit Fußspitze li auftippen, LF neben RF stellen
5-6 RF mit Fußspitze re auftippen, 1/4 Rechtsdrehung & RF neben LF stellen 6:00
7-8 LF mit Fußspitze li auftippen, LF neben RF stellen

Diagonal Rock/Recover, Behind-Side-Cross, Diagonal Rock/Recover, Coaster Step

1-2 RF Schritt re diagonal vor, Gewicht zurück auf LF
3&4 RF kreuzt hinter LF, LF Schritt nach li, RF kreuzt über LF
5-6 LF Schritt li diagonal vor, Gewicht zurück auf RF
7&8 LF Schritt nach hinten, RF neben LF stellen, LF Schritt vor

TAG: nach Wand 2 (8c - 12:00), Wand 3 u. 4 (nur ersten 4c - 6:00 bzw. 12:00)

Step Forward 1/2 Pivot 2 x, V-Step

1-2 RF Schritt vor, 1/2 Linksdrehung & dabei Gewichtwechsel auf LF
3-4 RF Schritt vor, 1/2 Linksdrehung & dabei Gewichtwechsel auf LF
5-6 RF Schritt re diagonal vor, LF Schritt li diagonal vor
7-8 RF Schritt diagonal zurück zur Mitte, LF zu RF stellen

EVERYONE NEEDS A HERO

www.misfitsdancers.at