

**Musique** Hit the 4 - DJTEXX  
**Chorégraphe** Rob Fowler & Colin Ghys  
**Type** 64 temps - 2 murs  
**Niveau** Intermédiaire +

Intro : 16 comptes

**$\frac{1}{4}$  L hitching R, side R, prep/twist  $\frac{1}{4}$  R,  $\frac{1}{4}$  L,  $\frac{1}{2}$  L back R, L coaster, step fwd R**

1 - 2	$\frac{1}{4}$ de tour à gauche & hitch D, PD à droite	09 h 00
3	Torsion du haut du corps à droite (appui PD) en regardant vers midi	
4	$\frac{1}{4}$ de tour à gauche avec Pdc sur PG	06 h 00
5	$\frac{1}{2}$ tour à gauche avec PD derrière	12 h 00
6 & 7 - 8	PG derrière, PD à côté PG, PG devant, PD devant	

**Rock fwd, recover, shuffle  $\frac{1}{2}$  turn L, step fwd R, pivot  $\frac{1}{4}$  L, cross R, side L, touch R heel**

1 - 2	PG devant, revenir sur PD	
3 & 4	$\frac{1}{4}$ de tour à gauche avec PG à gauche, PD à côté PG, $\frac{1}{4}$ de tour à gauche avec PG devant	06 h 00
5 - 6	PD devant, $\frac{1}{4}$ de tour à gauche avec Pdc sur PG	03 h 00
7 & 8	Croiser PD devant PG, PG à gauche, talon PD dans la diagonale avant droite	

**Ball cross, hold, full spiral R, hold, side rock, recover, R behind side cross**

& 1 - 2	PD à côté PG, croiser PG devant PD, pause
3 - 4	Spirale tour complet à droite avec Pdc sur PG, pause
5 - 6	PD à droite, revenir sur PG
7 & 8	Croiser PD derrière PG, PG à gauche, croiser PD devant PG

**Side L, hold, ball side, hitch,  $\frac{1}{4}$  R step R, paddle turn  $\frac{1}{2}$  R**

1 - 2	PG à gauche, pause	
& 3 - 4	PD à côté PG, PG à gauche, hitch D	
5	$\frac{1}{4}$ de tour à droite avec PD devant	06 h 00
6	$\frac{1}{6}$ ème de tour à droite avec pointe PG à gauche	08 h 00
7	$\frac{1}{6}$ ème de tour à droite avec pointe PG à gauche	10 h 00
8	$\frac{1}{6}$ ème de tour à droite avec pointe PG à gauche	12 h 00

Note : sur les comptes 6 à 8, on traduira par 3 paddles turn en  $\frac{1}{2}$  tour

Bridge ici sur les 2ème et 4ème murs

## Cross L, side R, behind L, side R, touch L heel, ball cross, side L with $\frac{1}{2}$ turn R, R chasse

- 1 - 2 Croiser PG devant PD, PD à droite  
 3 & 4 Croiser PG derrière PD, PD à droite, talon PG dans la diagonale avant gauche  
 & 5 PG à côté PD, croiser PD devant PG  
 6 PG à gauche &  $\frac{1}{2}$  tour à droite avec Pdc sur PG  
 7 & 8 PD à droite, PG à côté PD, PD à droite

06 h 00

**Note :** sur le 6<sup>ème</sup> compte, pour préparer le  $\frac{1}{2}$  tour les chorégraphes indiquent de "tirer" l'épaule droite vers l'arrière

## L cross & heel, ball cross, side L, R sailor, L sailor

- 1 & 2 Croiser PG devant PD, PD à droite, talon PG dans la diagonale avant gauche  
 & 3 - 4 PG à côté PD, croiser PD devant PG, PG à gauche  
 5 & 6 Croiser PD derrière PG, PG à gauche, PD à droite  
 7 & 8 Croiser PG derrière PD, PD à droite, PG à gauche

## R brush out out, heel twists, roll hips with knee bounces

- 1 & 2 Brush PD devant, PD à droite, PG à gauche  
 & 3 Pivoter talon PD à gauche, ramener talon PD au centre  
 & 4 Pivoter talon PG à droite, ramener talon PG au centre  
 5 - 6 - 7 - 8 Rouler les hanches dans le sens inverse des aiguilles d'une montre avec 4 bounces en terminant Pdc sur PG

**Note :** les "out out" se font alignés avec les épaules

## Step fwd R, pivot $\frac{1}{2}$ L, step fwd R, twist L heel $\frac{1}{4}$ R, twist R heel $\frac{1}{4}$ R, L coaster, walk R, L

- 1 - 2 PD devant,  $\frac{1}{2}$  tour à gauche avec Pdc sur PG 12 h 00  
 3 & PD devant, pivoter talon PG à droite &  $\frac{1}{4}$  de tour à gauche 09 h 00  
 4 Pivoter talon PD à droite &  $\frac{1}{4}$  de tour à gauche 06 h 00  
 5 & 6 PG derrière, PD à côté PG, PG devant  
 7 - 8 PD devant, PG devant

**Bridge :**

## Cross rock, recover, side L, hitch R, step R

- 1 - 2 Croiser PG devant PD, revenir sur PD  
 3 - 4 & PG à gauche, hitch D, PD à côté PG

**Note :** les chorégraphes expliquent que le hitch se fait de façon à ressembler à un 4, qui coïncidera avec les mots "hit the 4"

**Modification des pas :** à la fin du 4<sup>ème</sup> mur, après le coaster step, remplacer les comptes 7 - 8 par :

## Monkey walks

- 7 & 8 PD devant, PG devant, PD devant

**Note :** ces pas sont faits comme des « runs » en fléchissant les genoux

Final : sur le 7<sup>ème</sup> mur, danser jusqu'au 2<sup>ème</sup> compte de la section 2 puis faire :

3 & 4 Triple sur place à gauche (GDG)

5 Pointe PD à droite

6 Hitch D

## Séquence

Mur 1 : Complet

Mur 2 : Danser les 4 premières sections + bridge + danser les 4 dernières sections

Mur 3 : Complet

Mur 4 : Danser les 4 premières sections + bridge + danser les 4 dernières sections en modifiant les 2 derniers comptes

Mur 5 : Danser les 4 dernières sections

Mur 6 : Complet

Mur 7 : Danser les 10 premiers comptes + final

*Recommencez... amusez-vous !*