

# Heave Away



Musique **Heave Away** (The Fables) 135 bpm  
Intro (4 temps de baguette) puis comptez les **8 temps** de grosse caisse  
Chorégraphe Rob FOWLER (septembre 2022)  
Vidéos Tutoriel et Démonstration sur <https://www.youtube.com/c/LillyWEST>  
Type 4 murs, 32 temps, Polka, Grand Débutant  
Particularités 1 Restart

Termes **Kick** (1 temps) : Coup de pied, assez bas, en diagonale extérieure avant.  
**Touch** (1 temps) : Poser la plante du pied indiqué à côté du pied d'appui  
(sans transfert du Poids Du Corps).  
**Brush** (1 temps) : Brosser la plante du pied au sol, d'arrière en avant si direction non précisée.  
**Clap** (1 temps) : Claquer des Mains.

## Section 1 : Walk Forward R, L, R, L Kick, Walk Back L, R, L, R Touch,

1 – 2 Pas D avant, Pas G avant, 12:00  
3 – 4 Pas D avant, **Kick** G,  
5 – 6 Pas G arrière, Pas D arrière,  
7 – 8 Pas G arrière, **Touch** D,

Particularité : **RESTART** Sur le 3<sup>e</sup> mur (commencé face 06:00), reprenez la danse du début (face 06:00)

## S2 : R Diagonal, Together, R Diagonal, L Brush, L Diagonal, Together, L Diagonal, R Touch,

1 – 2 Pas D en diagonale avant D, Ramener G près de D,  
3 – 4 Pas D en diagonale avant D, **Brush** G,  
5 – 6 Pas G en diagonale avant G, Ramener D près de G,  
7 – 8 Pas G en diagonale avant G, **Touch** D,

## S3 : R Back Diagonal, Touch & Clap, L Back Diagonal, Touch & Clap, Swivels R, L, R, Centre,

1 – 2 Pas D en diagonale arrière D, **Touch** G (+ *Option* : **Clap**),  
3 – 4 Pas G en diagonale arrière G, **Touch** D (+ *Option* : **Clap**),  
5 – 6 Pivoter Talons à D, Pivoter Talons à G,  
7 – 8 Pivoter Talons à D, Ramener les Talons au centre,

## S4 : R Side, Touch, L Side, Touch, Turn 3/4 R Walking R, L, R, L.

1 – 2 Pas D à D, **Touch** G,  
3 – 4 Pas G à G, **Touch** D,  
5 – 6 – 7 – 8 Marcher D, G, D, G en effectuant progressivement 3/4 tour D. 09:00

🤪 Recommencez du début ... et gardez le sourire !! 🤪