

Everyone Needs A Hero 64 count / 2-wall
Intermediate



Choreographie: Roy Verdonk, Grace David & Jef Camps

01/2023

Musik: Holding Out for a Hero – Adam Lambert

Intro: 16 Counts.

SECTION 1: SCUFF, OUT-OUT, KNEE SWIVEL, KICK-BALL-CROSS, SIDE ROCK/RECOVER

- 1 + 2 RF starker Bodenstreifer nach vorne, RF Schritt nach rechts, LF Schritt nach links
- 3, 4 Rechtes Knie nach innen beugen und nach außen beugen (Gewicht LF)
- 5 + 6 RF nach schräg rechts vorne kicken, RF (Fußballen) neben LF absetzen, LF vor dem RF kreuzen
- 7, 8 RF Schritt nach rechts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF

SECTION 2: CROSS, ¼ BACK, ½ LEG SWING, STEP FORWARD, ¼ PIVOT, CROSS SAMBA

- 1, 2 RF vor dem LF kreuzen und ¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück
- 3, 4 ½ Rechtsdrehung, dabei RF außen herumschwingen und RF Schritt vorwärts
- 5, 6 LF Schritt vorwärts und ¼ Rechtsdrehung auf den Fußballen (Gewicht RF)
- 7 + 8 LF vor dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF Schritt nach links (leicht vorwärts)

SECTION 3: ROCK FORWARD/RECOVER, ¼ TOE STRUT, ROCK FORWARD/RECOVER, FULL TURN BACK

- 1, 2 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3, 4 ¼ Rechtsdrehung & rechte Fußspitze rechts aufsetzen und rechte Ferse absetzen
- 5, 6 LF Schritt vorwärts (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 7, 8 ½ Linksdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück

SECTION 4: COASTER STEP, WALK R-L, ¼ SLIDE, DRAG, 1/8 SAILOR STEP

- 1 + 2 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts
- 3, 4 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts
- 5, 6 ¼ Linksdrehung & RF großen Schritt nach rechts und LF zum RF heranziehen (nicht absetzen)
- 7 + 8 LF hinter dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, 1/8 Linksdrehung & LF Schritt vorwärts 10:30

SECTION 5: STEP FORWARD, ½ PIVOT, ½ SHUFFLE BACK, WALKS BACK, COASTER STEP

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 3 + 4 ½ Linksdrehung & RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt zurück
- 5, 6 LF Schritt zurück und RF Schritt zurück (Optional: Fersen jeweils nach innen und außen drehen)
- 7 + 8 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

SECTION 6: HEEL GRIND, 1/8 SIDE, BEHIND-SIDE-CROSS, SLIDE, DRAG, KICK-BALL-CROSS

- 1 Rechte Ferse vorne aufsetzen (Fußspitze nach links)
- 2 Auf der rechten Ferse 1/8 Rechtsdrehung (Fußspitze nach rechts drehen) & LF Schritt nach links
- 3 + 4 RF hinter dem LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF vor dem LF kreuzen
- 5, 6 LF großen Schritt nach links und RF zum LF heranziehen (nicht absetzen)
- 7 + 8 RF nach schräg rechts vorne kicken, RF (Fußballen) neben LF absetzen, LF vor dem RF kreuzen

SECTION 7: 2 X ¼ MONTEREY TURN

- 1, 2 Rechte Fußspitze rechts auftippen und ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF zum LF heransetzen
- 3, 4 Linke Fußspitze links auftippen und LF neben RF absetzen
- 5, 6 Rechte Fußspitze rechts auftippen und ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF zum LF heransetzen
- 7, 8 Linke Fußspitze links auftippen und LF neben RF absetzen

SECTION 8: DIAGONAL ROCK/RECOVER, BEHIND-SIDE-CROSS, DIAGONAL ROCK/RECOVER, COASTER STEP

- 1, 2 RF Schritt schräg rechts vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3 + 4 RF hinter dem LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF vor dem LF kreuzen
- 5, 6 LF Schritt schräg links vorwärts (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 7 + 8 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

TANZ BEGINNT WIEDER VON VORNE

Tags: After wall 2 (8c - 12:00), wall 3 (nur ersten 4c - 6:00) and wall 4 (nur ersten 4c- 12:00)

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und $\frac{1}{2}$ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 3, 4 RF Schritt vorwärts und $\frac{1}{2}$ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 5, 6 RF Schritt schräg rechts vorwärts und LF Schritt schräg links vorwärts
- 7, 8 RF Schritt zurück zur Mitte und LF neben RF absetzen