

Help! (I Had Some)

Choreographie: Rick Dominguez

Beschreibung:	32 count, 2 wall, intermediate line dance; 1 restart, 0 tags
Musik:	I Had Some Help (feat. Morgan Wallen) von Post Malone
:	Return of the Mack von Mark Morrison
Hinweis:	Der Tanz beginnt mit dem Einsatz des Gesangs

S1: Stomp side, ¼ turn l/hitch, rock back, shuffle forward, rock forward

1-2 Rechten Fuß rechts aufstampfen - ¼ Drehung links herum und linkes Knie anheben (9 Uhr)
3-4 Schritt nach hinten mit links - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
5&6 Schritt nach vorn mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach vorn mit links
7-8 Schritt nach vorn mit rechts - Gewicht zurück auf den linken Fuß

S2: ¼ turn r, ½ turn r/hitch, rock side, behind-side-cross, rock side

1-2 ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung rechts herum und linkes Knie anheben (6 Uhr)
3-4 Schritt nach links mit links - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
5&6 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts und linken Fuß über rechten kreuzen
7-8 Schritt nach rechts mit rechts - Gewicht zurück auf den linken Fuß
(**Restart:** In der 4. Runde - Richtung 12 Uhr - hier abrechnen und von vorn beginnen)

S3: Rock back, shuffle forward, rock forward, shuffle back turning ½ l

1-2 Schritt nach hinten mit rechts [beide Zeigefinger nach schräg oben] - Gewicht zurück auf den linken Fuß
3&4 Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach vorn mit rechts
5-6 Schritt nach vorn mit links - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
7&8 ¼ Drehung links herum und Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen, ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links (12 Uhr)

S4: Stomp side, behind-side-¼ turn r/stomp side, behind-side-rock forward, ¼ turn r, cross, (stomp side)

1 Rechten Fuß rechts aufstampfen
2&3 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts, ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach links mit links (3 Uhr)
4&5 Rechten Fuß hinter linken kreuzen - Schritt nach links mit links und Schritt nach vorn mit rechts
6-7 Gewicht zurück auf den linken Fuß - ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach rechts mit rechts (6 Uhr)
8-(1) Linken Fuß über rechten kreuzen (etwas in die Knie gehen) - (Rechten Fuß rechts aufstampfen)

Wiederholung bis zum Ende