

Be Her (P) (fr)

Count: 48

Wall: 0

Level: Novice Partenaire

Choreographer: Suzanne Laverdière (CAN) & Marc Laliberté (CAN) - Mai 2026

Music: Be Her - Ella Langley



Position Indian face à OLOD

Les pas de l'homme et de la femme sont de type identique, sauf si indiqué

Intro: 16 comptes

[1-8] H&F: SIDE, TOGETHER, SHUFFLE 1/4 TURN L, 1/4 TURN L, TOGETHER, SHUFFLE 1/4 TURN R

1-2 PG à gauche - PD à côté du PG

3&4 Shuffle PG, PD, PG, en effectuant 1/4 de tour à gauche LOD

Position Sweetheart face à LOD

5-6 1/4 de tour à gauche et PD devant - PG à côté du PD ILOD

L'homme lâche le contact de sa main G, lève le contact de sa main D et la femme passe en dessous

Sur 6, prendre la position Reverse Indian les mains en bas des hanches

7&8 Shuffle PD, PG, PD, en effectuant 1/4 de tour à droite LOD

Position Hammerlock face à LOD

[9-16] H: ROCK STEP, COASTER STEP, WALK, WALK, SHUFFLE FWD

F: ROCK STEP, COASTER STEP, 1/4 TURN R, 1/4 TURN R, SHUFFLE 1/2 TURN R

1-2 Rock du PG devant - Retour sur le PD

3&4 PG derrière - PD à côté du PG - PG devant

5-6 H: PD devant - PG devant

F: 1/4 de tour à droite et PD devant - 1/4 de tour à droite et PG derrière RLOD

L'homme lâche le contact de sa main G, lève le contact de sa main D et la femme passe en dessous

7&8 H: Shuffle PD, PG, PD, en avançant

F: Shuffle PD, PG, PD, en effectuant 1/2 tour à droite LOD

Sur 8, prendre la Position Sweetheart face à LOD

[17-24] H&F: CROSS ROCK STEP, TOGETHER, CROSS ROCK STEP, TOGETHER, WALK, WALK, SHUFFLE FWD

1-2& Rock du PG croisé devant le PD - Retour sur le PD - PG à côté du PD

3-4& Rock du PD croisé devant le PG - Retour sur le PG - PD à côté du PG

5-6 PG devant - PD devant

7&8 Shuffle PG, PD, PG, en avançant

[25-32] H: ROCKING CHAIR, STEP, 1/4 TURN R, BEHIND, SIDE, CROSS

F: STEP, PIVOT 1/2 TURN L, STEP, PIVOT 1/2 TURN L, STEP, 1/4 TURN R, BEHIND, SIDE, CROSS

1-2 H: Rock du PD devant - Retour sur le PG

F: PD devant - Pivote 1/2 tour à gauche RLOD

L'homme lâche le contact de sa main G, lève le contact de sa main D et la femme passe en dessous

3-4 H: Rock du PD derrière - Retour sur le PG

F: PD devant - Pivote 1/2 tour à gauche

L'homme conserve le contact de sa main D levé et la femme passe en dessous

Sur 4, on reprend la position Sweetheart face à LOD

5-6 PD devant - 1/4 de tour à droite et PG à gauche OLOD

Position Indian face à OLOD

7&8 Croiser le PD derrière le PG - PG à gauche - Croiser le PD devant le PG

RESTART À ce point-ci de la danse à la 3e répétition

[33-40] H&F: 1/4 TURN L AND SHUFFLE FWD, SHUFFLE 1/2 L, SHUFFLE 1/2 TURN L, SHUFFLE FWD

- 1&2 1/4 de tour à gauche et Shuffle PG, PD, PG, en avançant LOD
Position Sweetheart face à LOD
- 3&4 Shuffle PD, PG, PD, en effectuant 1/2 tour à gauche RLOD
L'homme lâche le contact de sa main D, lève le contact de sa main G et passe en dessous
- 5&6 Shuffle PG, PD, PG, en effectuant 1/2 tour à gauche LOD
L'homme conserve le contact de sa main G levé et la femme passe en dessous
Sur 6, on reprend la position Sweetheart face à LOD
- 7&8 Shuffle PD, PG, PD, en avançant

[41-48] H: BEHIND, SIDE, SHUFFLE FWD, 1/4 TURN L, 1/2 TURN L, CROSS SHUFFLE F: SIDE, TOGETHER, SHUFFLE BACK, SIDE, 1/4 TURN R, CROSS SHUFFLE

- 1-2 H; Croiser le PG derrière le PD - PD à droite
F: PG à gauche - PD à côté du PG
On change de côté, l'homme commence à lever le contact de sa main G
- 3&4 H: Shuffle PG, PD, PG, en avançant
F: Shuffle PG, PD, PG, en reculant
L'homme lâche le contact de sa main D, lève le contact de sa main G et la femme passe en dessous
Sur 4, l'homme baisse le contact de sa main G
- 5-6 H; 1/4 de tour à gauche et PD devant - 1/2 tour à gauche et PG devant OLOD
F: PD à droite - 1/4 de tour à droite et PG devant OLOD
L'homme tourne devant la femme puis se positionne derrière elle
On prend la position Indian face à OLOD
- 7&8 Shuffle PD, PG, PD, en croisant le PD devant le PG vers la gauche

On recommence...

RESTART À la 3e répétition de la danse, faire les 32 premiers comptes puis recommencer depuis le début

Bonne danse !

Suzanne & Marc ☐
