



Help Me Make It Through The Night

Choreograaf	:	Guylaine Bourdages
Soort Dans	:	4 wall line dance
Niveau	:	Novice
Tellen	:	32
Info	:	Intro 16 tellen
Muziek	:	"Help Me Make It Through The Night" by Anne Murray (album: Country Croonin')

Forward, ½ L & Back, Coaster Step, Forward, ½ R & Back, Coaster Step

1	LV	stap voor
2	L+R	½ draai rechtsom
3	LV	stap achter
&	RV	sluit
4	LV	stap voor
5	RV	stap voor
6	R+L	½ draai linksom
7	RV	stap achter
&	LV	sluit
8	RV	stap voor

Cross Rock, & Cross, ⅛ L Diagonal L & Hitch, Coaster Hitch, Back, ⅛ R Side, Cross Front

1	LV	rock gekruist over
2	RV	gewicht terug
&	LV	stap opzij
3	RV	kruis over
4	LV	⅛ linksom, stap voor en hitch RV
5	RV	stap achter
&	LV	sluit
6	RV	stap voor en hitch LV
7	LV	stap achter
&	RV	⅛ rechtsom, stap opzij
8	LV	kruis over

Hip Sway Right, Left, R L R, Turn ¼ L, Turn

½ L, ½ L & Lock Step Forward L R L

1	RV	stap opzij, heupen rechts
2		heupen links
3		heupen rechts
&		heupen links
4		heupen rechts
5	LV	¼ linksom, stap voor
6	RV	½ linksom, stap achter
7	LV	stap voor
&	RV	lock achter
8	LV	stap voor

Jazz Box & Jazz Box & Jazz Box & Touch

1	RV	kruis over
2	LV	stap achter
&	RV	stap achter
3	LV	kruis over
4	RV	stap achter
&	LV	stap achter
5	RV	kruis over
6	LV	stap achter
7	RV	stap opzij
8	LV	tik naast

Begin opnieuw