

GET YOUR FEET DOWN

Chorégraphe Michelle Chandonnet

Description Danse en ligne – phrasée 132 – 2 murs

Niveau Avancé

Musique 1,2,3 – Ann Tayler (180 BPM)

Départ Sur les paroles - 33^e compte

**SÉQUENCES : ABCD (1 à 132) ABCD (1 à 132) A (1 à 32) D (101 à 132)
BCD (33-132) CD (69-132) FIN (117-132)**

PARTIE A – 1 À 32

1-8 HEEL, HOOK, HEEL, TAP, RIGHT GRAPEVINE, TAP

1-4 Talon D avant, Crochet D devant la jambe gauche, Talon D avant, Tap D à côté du pied gauche
5-8 Step D à droite, Step G derrière le pied droit, Step D à droite, Tap G à côté du pied droit

9-16 HEEL, HOOK HEEL, TAP, LEFT GRAPEVINE, SCUFF

1-4 Talon G avant, Crochet G devant la jambe droite, Talon G avant, Tap G à côté du pied droit
5-8 Step G à gauche, Step D derrière le pied gauche, Step G à gauche, Scuff D

17-24 ROCK & CHAIR, DIAGONAL STEP, TAP, DIAGONAL STEP, TAP

1-2 Rock D avant, Ramenez le poids sur le pied G,
3-4 Rock D arrière, Ramenez le poids sur le pied G
5-8 Step D avant en diagonale, Tap G à côté du pied droit
5-8 Step G avant en diagonale, Tap D à côté du pied gauche

25-32 KICK, BACK CROSSED (4 X)

1-2 Kick D avant en diagonale, Step D croisé derrière le pied gauche
3-4 Kick G avant en diagonale, Step G croisé derrière le pied droit
5-8 Répétez 1 à 4

PARTIE B – 33 À 68

33-40 SIDE, SLIDE TOGETHER, CROSS, CLAP, SIDE, SLIDE TOGETHER, CROSS, CLAP

1-4 Step D à droite, Glissez G à côté du pied droit, Step D croisé devant le pied gauche, Clap
5-8 Step G à gauche, Glissez D à côté du pied gauche, Step G croisé devant le pied droit, Clap

41-48 BACK, LOCK, BACK, KICK, BACK, LOCK, BACK, KICK

1-4 Step D arrière, Glissez G croisé devant le pied D, Step D arrière, Kick G avant
5-8 Step G arrière, Glissez D croisé devant le pied G, Step G arrière, Kick D avant

49-56 STEP, PIVOT 1/4 TURN, STEP, PIVOT 1/4 TURN, WALK, WALK, DOUBLE KICK

1-4 Step D avant, Pivot 1/4 tour à gauche, Step D avant, Pivot 1/4 tour à gauche
5-6 Steps DG avant
7-8 Double kick D avant

57-64 BACK, TOGETHER, STEP, TOGETHER, TWIST, TWIST, TWIST, TWIST

1-4 Step D arrière, Step G à côté du pied droit, Step D avant, Step G à côté du pied droit
5-8 Twist Talons à droite, Ramenez Talons au centre, Twist Talons à gauche, Ramenez Talons au centre

65-68 MONTERY TURN

1-2 Pointe D à droite, Pivot 1/2 tour à droite sur le pied G en ramenant et déposant le pied D à côté du pied G

3-4 Pointe G à gauche, Step G ensemble

PARTIE C – 69 À 100

69-76 STOMPS, CLAPS (4 X)

1-8 Stomp D avant, Clap, Stomp G avant, Clap, Stomp, D avant, Clap, Stomp G avant, Clap
En chantant 1, 2, 3, 4 sur les Stomps

77-84 BACK TOE STRUTS

1-4 Pointe D arrière, Déposez le talon D, Pointe G arrière, Déposez le talon G

5-8 Pointe D arrière, Déposez le talon D, Pointe G arrière, Déposez le talon G

85-92 STEP FORWARD, CLAP, STEP 1/2 TURN, CLAP, STEP 1/2 TURN, CLAP, STEP FORWARD, CLAP

1-4 Step D avant, Clap, Step G arrière 1/2 tour à droite, Clap

5-8 Step D avant 1/2 tour à droite, Clap, Step G avant, Clap

En chantant 3, 4, 5, 6 sur les Steps

93-100 CROSS TOE STRUTS

1-4 Pointe D croisé devant le pied G, Déposez le talon D, Pointe G à gauche, Déposez le talon G

5-8 Pointe D croisé devant le pied G, Déposez le talon D, Pointe G à gauche, Déposez le talon G

PARTIE D – 101 À 132

101-108 STEPS, PIVOTS MAKING 3/4 TURN LEFT

Exécutez 4 steps pivots pour faire 3/4 tour à gauche

1-8 Step D avant, Pivot 1/8 tour à gauche

3-4 Step D avant, Pivot 1/8 tour à gauche

5-6 Step D avant, Pivot 1/4 tour à gauche

7-8 Step D avant, Pivot 1/4 tour à gauche

109-116 STEP, LOCK, STEP, SCUFF, STEP, LOCK, STEP, SCUFF

1-4 Step D avant, Glissez G derrière le pied droit, Step D avant, Scuff G avant

5-8 Step G avant, Glissez D derrière le pied gauche, Step G avant, Scuff D avant

117-124 TOE INSTEP, SCUFF, STEP, TOE INSTEP, SCUFF (2X)

1-2 Pointe D intérieure à côté du pied gauche, Scuff D à côté du pied G

&3-4 Step D ensemble, Pointe G intérieure à côté du pied droit, Scuff G à côté du pied D

&5-6 Step G ensemble, Pointe D intérieure à côté du pied gauche, Scuff D à côté du pied G

&7-8 Step D ensemble, Pointe G intérieure à côté du pied droit, Scuff G à côté du pied D

125-132 LEFT GRAPEVINE, RIGHT GRAPEVINE 1/4 TURN

1-4 Step G à gauche, Step D derrière le pied gauche, Step G à gauche, Scuff D avant

5-8 Step D à droite, Step G derrière le pied droit, Step D 1/4 tour à droite, Step G ensemble

REPRENDRE AU DEBUT ET GARDEZ LE SOURIRE !