Get Up ! (fr)

Count: 64 **Wand:** 0 **Ebene:** Intermédiaire Phrasee 2S
Choreograf/in: Vanesa Barambio (ES) - Février 2022
Musik: Up (feat. Demi Lovato) - Olly Murs

Schéma DANSE A A Tag 1 // - B B Tag 2 // - A A Tag 1 // - B B - A A - B B Final
Correspondance MUSIQUE COUPLET - REFRAIN - COUPLET - REFRAIN - PONT - REFRAIN
PARTIE A = COUPLET : 32 temps - Toujours 2 parties A à la suite - Démarre face à 12:00 puis 06:00.
Intro 16 temps

Section 1 : Heel Switches R & L, R Kick twice, R Coaster Step, L Kick twice,

1 & 2 &	Talon D avant, Ramener D, talon G avant, Ramener G, 12:00
3 – 4	Kick D avant (Coup de pied), Kick D avant,
5 & 6	Coaster Step D (Pas D arrière, Ramener G près D + PdC G, Pas D avant),
7 – 8	Kick G avant, Kick G avant,

S2 : L Back Triple, R Coaster Step, L Step 1/2 R Pivot, L Side Rock Cross,

1 & 2	Triple Step G arrière (Pas G dans direction indiquée, Ramener D près G, Pas G dans même direction),
3 & 4	Coaster Step D,
5 – 6	Pas G avant, Pivoter 1/2 tour D, 06:00
7 & 8	Rock Step G à G (7. Pas G dans direction indiquée, &. Remettre PdC D), Croiser G devant D (8),

S3 : R Weave, R Diagonale, Stomp up, L Fans Toe Heel Toe, Modified Rolling Vine L,

& 1 & 2	Pas D à D, Croiser G derrière D, Pas D à D, Croiser G devant D,
3 – 4	Pas D en diagonale avant D, Stomp up G près de D(Taper talon au sol sans transfert PdC),
5 & 6	Pivoter Pointe G à G, Pivoter Talon G à G, Pivoter Pointe G à G + 1/4 tour G + Transfert PdC G,
7 – 8	1/2 tour G + Pas D arrière, 1/4 tour à G + Pas G à G, (12:00 puis) 06:00

S4 : Modified R Vaudeville Step, R Coaster Step, L Forward Rock, L Coaster Step.

1&2 – 3&4	Croiser D devant G (1), Petit Pas G à G (&), Talon D avant (2), Coaster Step D (3&4),
5 – 7 & 8	Rock Step G avant (5 - 6), Coaster Step G (7 & 8).

PARTIE B = REFRAIN : 32 temps - Toujours 2 parties B à la suite - Démarre face à 12:00 puis 06:00.
Section 1 : R Side, Together, R Forward Triple, L Side, Together, L Back Triple,

1 – 3 & 4	Pas D à D (1), Ramener G près de D (2), Triple Step D avant (3 & 4), 12:00
5 – 7 & 8	Pas G à G (5), Ramener D près de G (6), Triple Step G arrière (7 & 8),

S2 : Walk Backwards R, L, R Coaster Step, L Forward Triple, R Forward 1/2 L Turning Triple,

1 & 2 &	Toe Strut D arrière (1.Poser plante D arrière,&.Poser pied entier + PdC G), Toe Strut G arrière (2&),
3 & 4	Coaster Step D,
5 & 6	Triple Step G avant,
7 & 8	Triple Step D avant + 1/2 tour G (1/4 tr G + Pas D à D, Ramener G, 1/4 tr G + Pas D arrière), 06:00

S3 : 1/2 L & L Forward Rock, 1/2 L, Vaudeville Steps R & L, R 1/4 R Heel Grind,

1 & 2	1/2 tour G + Rock Step G avant (1 &), 1/2 tour G + Pas G avant (2), (06:00)
3 & 4 &	Vaudeville Step D (Croiser D devant G, Petit Pas G à G, Talon D avant, Ramener D près G),
5 & 6 &	Vaudeville Step G,

7 – 8	Heel Grind D + 1/4 tour D (Talon D avant + PdC sur D, Pivoter 1/4 tr D + Revenir PdC G), 09:00

S4 : R Coaster Step, L Step 1/2 R Pivot, 1/4 R & L Side Triple, V Step.

1&2 – 3 – 4	Coaster Step D (1 & 2), Pas G avant, Pivoter 1/2 tour D, 03:00
5 & 6	1/4 tour D + Triple Step G à G, 06:00
& 7 & 8	Pas D en diagonale avant D (out), Pas G à G (out), Pas D en diag. arrière D (in), Ramener G (in).

TAG 1 = FIN DU COUPLET : Toujours après 2 Parties A et toujours face à 12:00
TAG : R Heel Grind, R Coaster Step, L Heel Grind, L Coaster.

1 – 2	Heel Grind D (Talon D avant + PdC D + Pointe D à G, Pivoter Pointe D à D + Remettre PdC G),
3 & 4	Coaster Step D,
5–6 – 7&8	Heel Grind G (5 - 6), Coaster Step G (7 & 8),

TAG 2 : 1 seule fois, après les 2 premières parties B, face à 12:00
TAG : R Stomp up x4. 1 – 2 – 3 – 4 Stomp up D, Stomp up D, Stomp up D, Stomp up D.

FIN = rajoutez « Stomp D avant ».

Traduit par Lilly WEST, lilly@lillywest.fr, en utilisant la terminologie NTA, pour www.CountryDanceTour.com

---