Get In Or Get Out (fr)

Compte: 32 **Mur:** 4 **Niveau:** Intermédiaire
Chorégraphe: Isabelle Dréau (FR) & Séverine Maugis (FR) - 17 Septembre 2022
Musique: Get In or Get Out - Sarah Lake

Intro : 8 temps

[1-8] STEP LOCK STEP R, SCISSOR CROSS L, POINT R & L, POINT R, KICK R

1&2	Poser PD devant, croiser PG derrière PD, poser PD devant,
3&4	Poser PG à G, ramener PD à côté du PG, croiser PG devant PD,
5&6&	Poser pointe PD à D, ramener PD à côté du PG, poser pointe PG à G, ramener PG à côté du PD,
7-8	Poser pointe PD derrière, coup de pied PD devant,

*** Tag-restart après le 9ème mur**

[9-16] COASTER R, VAUDEVILLE L & R, CROSS L, SCUFF R

1&2	Poser PD derrière, ramener PG à côté du PD, poser PD devant,
3&4&	Croiser PG devant PD, poser PD derrière, poser talon PG devant, ramener PG à côté du PD,
5&6&	Croiser PD devant PG, poser PG derrière, poser talon PD devant, ramener PD à côté PG,
7-8	Croiser PG devant PD, frapper le sol avec le talon PD,

*** Restart sur le 3ème mur**

[17-24] JAZZ BOX CROSS 1/4, POINT R&L, HEEL SWITCHES

1-2	Croiser PD devant PG, reculer PG,
3-4	¼ de tour à D et PD à D, croiser PG devant PD,
5&6&	Poser pointe PD à D, ramener PD à côté du PG, poser pointe PG à G, ramener PG à côté PD,
7&8&	Poser talon PD devant, ramener PD à côté du PG, poser talon PG devant, ramener PG à côté du PD,

[25-32] ROCK STEP R, BACK LOCK BACK R, ROCK BACK L, CROSS SAMBA L

1-2	Poser PD devant, revenir en appui PG
3&4	Poser PD derrière, croiser PG devant PG, poser PD derrière
5-6	Poser PG derrière, revenir en appui PD
7&8	Croiser PG devant PD, poser PD à droite, poser PG à gauche (légèrement devant).

*** Tag 1 à la fin du 5ème mur**

*** Restarts**
***3ème mur : Faire les 16 premiers comptes (démarre sur le mur de 6h et recommencer sur le mur de 6h)**

*** Tag 1 (à la fin du 5ème mur)**
[1-8] STEP ½ (X2), ROCKING CHAIR R

1-2	Poser PD devant, ½ tour à G (pdc sur PG),
3-4	Poser PD devant, ½ tour à G (pdc sur PG),
5-6	Poser PD devant, revenir en appui sur PG,
7-8	Poser PD derrière, revenir en appui sur PG.

*** Tag 2 (après les 8 premiers comptes du 9ème mur)**
Remplacer le dernier compte de la 1ère section par TOUCH R
[1-8] KICK BALL CROSS R (X2), SIDE ROCK R, CROSS SHUFFLE R

1&2	Coup de pied PD devant, poser la plante du PG à côté du PD, croiser PG devant PD,
3&4	Coup de pied PD devant, poser la plante du PG à côté du PD, croiser PG devant PD,
5-6	Poser PD à D, revenir en appui sur PG,

7&8 Croiser PD devant PG, ramener PG à côté du PD, croiser PG devant PD,

[9-16] KICK BALL CROSS L (X2), SIDE ROCK L, SAILOR L ½

1&2 Coup de pied PG devant, poser la plante du PD à côté du PG, croiser PD devant PG,
3&4 Coup de pied PG devant, poser la plante du PD à côté du PG, croiser PD devant PG,
5-6 Poser PG à G, revenir en appui sur PD,
7&8 ½ tour à D croiser PG derrière PD, poser PD à D, poser PG à G.

17-20 4 HOLD

Légende : PD = pied droit - PG = pied gauche - D = droite - G = gauche– PDC = poids du corps

REPRENDRE LA DANSE AU DEBUT ET GARDER LE SOURIRE !!