



GET ON YOUR FEET

Chorégraphe : Debbie Rushton (UK) - Mars 2024

Niveau : Novice

Descriptif : Danse en ligne - 4 murs - 32 temps - TAGS - Sens de rotation de la danse : CW

Musique : We're On Our Way - LÖNIS & Daphne Willis



Introduction: 32 temps. Démarrer sur les paroles. **Départ appui PD**

1-8 STEP ½ TURN STEP, STEP ¼ TURN CROSS, TOUCH SWIVEL SWIVEL HITCH, BEHIND SIDE CROSS

1&2 STEP TURN STEP: pas PG avant (1) - 1/2 tour PIVOT à D sur BALL PG ... prendre appui sur PD avant 6H (&) - pas PG avant (2)

3&4 STEP 1/4 CROSS: pas PD avant (3) - 1/4 de tour PIVOT à G sur BALL PD ... prendre appui sur PG côté G 3H (&) - CROSS PD devant PG (4)

5&6& Pas PG sur diagonale avant G ↖ (5) - SWIVEL des 2 talons en les décollant du sol et en relevant la hanche G (&) - SWIVEL des 2 talons retour au centre (6) - HITCH genou G (&)

7&8 BEHIND SIDE CROSS G: CROSS PG derrière PD (7) - pas PD côté D (&) - CROSS PG devant PD (8)

9-16 OUT OUT, SIDE SHUFFLE, SYNCOPATED JAZZ BOX ¼ TURN, STEP LOCK STEP

1-2 Pas PD côté D "OUT" (1) - pas PG côté G "OUT" (pieds APART) (avec bounce des 2 épaules - 1&2& - ou shimmy !) (2)

3&4 TRIPLE STEP D latéral: pas PD côté D (3) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD côté D (4)

5&6& JAZZ BOX CROSS G ¼ de tour à G: CROSS PG par-dessus PD (5) - ¼ de tour à G ... pas PD arrière 12H (&) - pas PG côté G (6) - SCUFF PD avant (&)

7&8 STEP LOCK STEP D avant: pas PD avant (7) - LOCK PG derrière PD (PG à D du PD) (&) - pas PD avant (8)

17-24 TAP TAP STEP, TAP TAP STEP, CROSS BACK & CROSS SHUFFLE

1&2 TAP pointe PG à côté du PD (1) - TAP pointe PG en avant légèrement sur la diagonale avant G ↖ (&) - pas PG diagonale avant G ↖ (2)

3&4 TAP pointe PD à côté du PG (3) - TAP pointe PD en avant légèrement sur la diagonale avant D ↗ (&) - pas PD diagonale avant G ↗ (4)

5-6& JAZZ BOX G modifié: CROSS PG devant PD (5) - pas PD arrière (6) - pas PG côté G (&)

7&8 CROSS TRIPLE D vers G: CROSS PD devant PG (7) - petit pas PG côté G (&) - CROSS PD devant PG (8)

* Option facile pour les comptes 1-4 : Pas PG sur diagonale avant G HIP BUMP G-D-G, pas PD sur diagonale avant D, HIP BUMP D-G-D

25-32 SIDE STRUT, CROSS STRUT, ROCK ¼ TURN STEP, SYNCOPATED LOCK STEPS

1& TOE STRUT latéral G: TOUCH pointe PG côté G (1) - DROP: abaisser talon G au sol (&) + SHIMMY

2& CROSS TOE STRUT latéral D: CROSS pointe PD devant PG (2) - DROP: abaisser talon D au sol (&) + SHIMMY

3&4 ROCK STEP latéral G côté G (3) - 1/4 de tour à D ... revenir sur PD avant 3H (&) - pas PG avant (4)

5&6 STEP LOCK STEP D sur diagonale avant D: pas PD avant ↗ (5) - LOCK PG derrière PD (PG à D du PD) (&) - pas PD avant ↗ (6)

7&8 STEP LOCK STEP G sur diagonale avant G: pas PG avant ↖ (&) - LOCK PD derrière PG (PD à G du PG) (7) - pas PG avant ↖ (&)

8 Pas PD avant (8)

TAG*

* 1 A la fin du 1^{er} mur, face à 3H

* 2 A la fin du 2^{ème} mur, face à 6H

* 3 Après 16 comptes du 3^{ème} mur, face à 6H

1-8 ROCK RECOVER BACK, COASTER STEP, HIP BUMPS LRL, HIP BUMPS RLR

1&2 MAMBO G avant: ROCK STEP PG avant (1) - revenir sur PD arrière (&) - pas PG arrière (2)

3&4 COASTER STEP D: pas PD arrière (3) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD avant (4)

5&6 Pas PG sur diagonale avant G ↖ ... HIP BUMP G (5) - HIP BUMP D (&) - HIP BUMP G (6)

7&8 Pas PD sur diagonale avant D ↗ ... HIP BUMP D (7) - HIP BUMP G (&) - HIP BUMP D (8)

Source: Copperknob. **Traduction et mise en page :** HAPPY DANCE TOGETHER Avril 2024

<https://youtu.be/KGVRPX2NDgM?si=NET0vkNHm8u6oAW5>

Bellegarde-en-Forez 42210 lenid.baroin@wanadoo.fr <http://www.happy-dance-together.com/>

Se reporter impérativement à la fiche originale du chorégraphe qui seule fait foi.