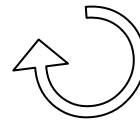




GET UP AND TRY



Chorégraphe : Martie Papendorf Afrique du Sud Novembre 2012

Niveau : Novice/Intermédiaire facile

Descriptif : Danse en ligne - 4 murs - 48 temps - Sens de rotation de la danse : CW

Musique : Try Pink BPM 104

Introduction : environ 12 s + 16 temps

1-8 SIDE, TOGETHER, FWD SHUFFLE, ROCK, RECOVER, STEP, CROSS SHUFFLE

1-2 Pas PD côté D (1) - pas PG à côté du PD (2)

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

5-6 CROSS ROCK PG devant PD (5) - revenir sur 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)

9-16 SIDE, BEHIND, CHASSE 1/4 L, FWD, PIVOT 1/2 L, SHUFFLE 1/2 L

1-2 Pas PG côté G (1) - CROSS PD derrière PG (2)

3&4 TRIPLE STEP G latéral 1/4 de tour à G : pas PG côté G (3) - pas PD à côté du PG (&) - 1/4 de tour à G ... pas PG avant (4) 9H

5-6 STEP TURN : pas PD avant (5) - 1/2 tour PIVOT à G sur BALL PD ... prendre appui sur PG avant (6) 3H

7&8 1/2 tour à G ... TRIPLE STEP G arrière : pas PD arrière (7) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD arrière (8) 9H

17-24 LONG STEP 1/4 L, TOUCH, CHASSE 1/4 R, FWD, BACK 1/2 L, SHUFFLE 1/2 L

1-2 1/4 de tour à G ... grand pas PG côté G (1) - TOUCH PD à côté du PG (2) 6H

3&4 TRIPLE STEP D 1/4 tour à D : pas PD côté D (3) - pas PG à côté du PD (&) - 1/4 de tour à D ... pas PD avant (4) 9H

5-6 Pas PG avant (5) - 1/2 tour à G ... pas PD arrière (6) 3H

7&8 TRIPLE STEP G 1/2 tour à G : 1/4 de tour à G ... pas PG côté G (7) - pas PD à côté du PG (&) - 1/4 de tour à G ... pas PG avant (8) 9H

25-32 TURN 1/4 L [KNEE POP, STEP, TURN] 2x, BRUSH, ROCK, RECOVER, COASTER STEP

1&2 TOUCH PD à côté du PG avec KNEE POP D croisé devant genou G et TWIST du corps à D (1) - pas PD à côté du PG (&) - 1/8 de tour à G ... pas PG côté G (2)

3&4 TOUCH PD à côté du PG avec KNEE POP D croisé devant genou G et TWIST du corps à D (3) - pas PD à côté du PG (&) - 1/8 de tour à G ... pas PG côté G (4) 6H

[1/4 de tour à G sur les temps 1 à 4 pour faire face à 6H]

&5-6 BRUSH PD avant (&) - CROSS ROCK PD devant PG (5) - revenir sur PG arrière (6)

7&8 COASTER STEP D : reculer BALL PD (7) - reculer BALL PG à côté du PD (&) - pas PD avant (8)

33-40 SIDE, TOGETHER, CROSS SHUFFLE, FWD, PIVOT 1/2 L, SHUFFLE 1/2 L

1-2 Pas PG côté G (1) - pas PD à côté du PG (2)

3&4 CROSS TRIPLE G vers D : CROSS PG devant PD (3) - petit pas PD côté D (&) - CROSS PG devant PD (4)

5-6 STEP TURN : pas PD avant (5) - 1/2 tour PIVOT à G sur BALL PD ... prendre appui sur PG avant (6) 12H

7&8 1/2 tour à G ... pas PD arrière (7) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD sur place (8) 6H

Restart ici pendant le 5ème mur, vous serez alors face à 6H. Ne pas faire le compte & et faire un pas PG avant sur le temps 8.

41-48 BACK L, R, COASTER, SAMBA FWD, SAMBA 1/4 L

1-2 2 pas arrière : pas PG arrière (1) - pas PD arrière (2)

3&4 COASTER STEP G : reculer BALL PG (3) - reculer BALL PD à côté du PG (&) - pas PG avant (4)

5&6 CROSS PD devant PG (5) - ROCK STEP G latéral côté G sur BALL PG (&) - revenir sur PD côté D (6)

7&8 1/4 de tour à G ... pas PG avant (7) - ROCK STEP D latéral côté D sur BALL PD (&) - revenir sur PG côté G (8) 3H

TAG : à la fin du 2ème mur (vous serez alors face à 6H) et à la fin du 4ème mur (vous serez alors face à 12H)

1-2 Pas PD côté D (1) - pas PG à côté du PD (2)

3&4 STEP LOCK STEP D sur diagonale avant G : pas PD avant (3) - LOCK PG derrière PD (PG à D du PD) (&) - pas PD avant (4)

5-6 Pas PG côté G (5) - pas PD à côté du PG (6)

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

1-2 STEP TURN : pas PD avant - 1/2 tour PIVOT à G sur BALL PD ... prendre appui sur PG avant

3-4 STEP TURN : pas PD avant - 1/2 tour PIVOT à G sur BALL PD ... prendre appui sur PG avant

RESTART pendant le 5ème mur, à la fin de la 5ème section (vous serez alors face à 6H). Ne pas faire le compte & et faire un pas PG avant sur le temps 8.

Source : Fiche de la chorégraphe. **Traduction et mise en page :** HAPPY DANCE TOGETHER Mai 2013
lenid.baroin@wanadoo.fr <http://www.happy-dance-together.com/>

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