



Get Up

Chorégraphe : **Vanessa Barembio**
Musique : **"Up" de Olly Murs**
Niveau : **Intermédiaire - Phrasé - 2 Murs - Tags**
AA Tag1 BB Tag2 AA Tag1 BB AA BB

Partie A

S1 HEEL SWITCH, KICK, HOOK, KICK, COASTER STEP, KICK, KICK

1&2& Talon PD devant – Appui /PD – Talon PG devant – Appui /PG
3&4 Kick PD devant – Hook PD devant – Kick PD devant
5&6 PD derrière – PG à côté PD – PD devant
7-8 Kick PG devant (x2)

S2 SCHUFFLE, COASTER STEP, STEP ½ TURN, SCISSOR STEP

1&2 Pas chassé arrière (PG-PD-PG)
3&4 PD derrière – PG à côté PD – PD devant
5-6 PG devant – ½ tour à droite (Appui /PD)
7&8 PG derrière en diag – PD à côté PG – PG devant

S3 GRAPEVINE ending CROSS, STEP, STOMP, SWIVEL with ¼ TURN, ½ TURN, ¼ TURN

8&1&2 PD à droite – PG croisé derrière PD – PD à droite – PG croisé devant PD
3-4 PD devant en diag – Stomp PG
5&6 Pointe PG à gauche – Talon PG à gauche – Pointe PG à gauche avec ¼ tour
7-8 ¼ tour à gauche & PD derrière – ¼ tour à gauche & PG à gauche

S4 STEP CROSS, STEP BACK, KICK, COASTER STEP, ROCK STEP FWD, COASTER STEP

1&2 PD croisé devant PG – PG derrière – Kick PD devant
3&4 PD derrière – PG à côté PD – PD devant
5-6 Rock PG devant – retour Appui /PD
7&8 PG derrière – PD à côté PG – PG devant

Partie B

S1 STEP SIDE, TOGETHER, SCHUFFLE, STEP SIDE, TOGETHER, SCHUFFLE

1-2 PD à droite – PG à côté PD
3&4 Pas chassé avant (PD-PG-PD)
5-6 PG à gauche – PD à côté PG
7&8 Pas chassé arrière (PG-PD-PG)

S2 STEP BACK (R-L), COASTER STEP, SCHUFFLE, SCHUFFLE ½ TURN

1-2 PD derrière – PG derrière
3&4 PD derrière – PG à côté PD – PD devant
5&6 Pas chassé avant (PG-PD-PG)
7&8 Pas chassé ½ tour à gauche (PD-PG-PD)

S3 ½ TURN & ROCK STEP, ½ TURN, VAUDEVILLE (R-L), STOMP, ¼ TURN

1-2 ½ tour à gauche & Rock PG devant – retour Appui /PD – ½ tour à gauche & PG devant
3&4& PD croisé devant PG – PG derrière en diag – Talon PD devant – Appui /PD
5&6& PG croisé devant PD – PD derrière en diag – Talon PG devant – Appui /PG
7-8 Stomp PD – ½ tour à droite (Appui/PG)

S4 COASTER STEP, STEP ½ TURN, ¼ TURN & SIDE SCHUFFLE, OUT-OUT, IN-IN

1&2 PD derrière – PG à côté PD – PD devant
3-4 PG devant – ½ tour à droite (Appui /PD)
5&6 ¼ tour à droite & Pas chassé à gauche (PG-PD-PG)
&7&8 PD devant en diag – PG à côté PD – PD derrière – PG à côté PD

Tag 1

S1 DIG HEEL, COASTER STEP, DIG HEEL, COASTER STEP

1-2 Stomp Up PD devant avec pointe vers l'intérieur – Pointe vers l'extérieur
3&4 PD derrière – PG à côté PD – PD devant
5-6 Stomp Up PG devant avec pointe vers l'intérieur – Pointe vers l'extérieur
7&8 PG derrière – PD à côté PG – PG devant

Tag 2 STOMP UP R (x4)

Recommencer en vous amusant !!!