



GET YOUR SHOES ON

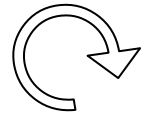


Chorégraphes : Scott Blevins USA scottblevins@me.com
Jo Thompson Szymanski USA jo.thompson@comcast.net

Niveau : Intermédiaire Août 2015

Descriptif : Danse en ligne - 4 murs - 32 temps - 2 RESTARTS + TAG - Sens de rotation de la danse : CW

Musique : Get Your Shoes On Elisabeth Withers



Introduction: 16 temps

1-8 KICK AND SIT, AND TWIST AND TWIST, HEEL JACK ¼ BALL CROSS, BALL CROSS ¼ RIGHT

- 1&2 KICK PD avant (1) - pas BALL PD arrière (&) - "s'asseoir" sur PD et TOUCH PG avant (2)
&3&4 TWIST talons côté G (&) - les ramener au centre (3) - TWIST talons côté G (&) - les ramener au centre, appui sur PD (4)
&5&6 Pas PG arrière (&) - TAP talon PD en avant (5) - ¼ de tour à G ... pas BALL PD à côté du PG (&) - CROSS PG devant PD (6) 9H
7&8 Pas BALL PD côté D (7) - CROSS PG devant PD (&) - ¼ de tour à G ... pas PD avant (8) 12H

9-16 FULL CHASE TURN, SWEEP AND WEAVE, TAP STEP, TAP STEP, TAP TRIPLE ¼ LEFT

- 1&2 STEP TURN : pas PG avant (1) - 1/2 tour PIVOT à D sur BALL PG ... prendre appui sur PD avant (&) 6H - ½ tour à D ... pas PG arrière (2) 12H
a3&4 SWEEP PD d'avant en arrière (a) - BEHIND SIDE CROSS D: CROSS PD derrière PG (3) - pas PG côté G (&) - CROSS PD devant PG (4)
&5&6 TAP PG à côté du PD (&) - genoux fléchis, pas PG côté G (5) - TAP PD à côté du PG (&) - genoux fléchis, pas PD côté D (6)
&7&8 TAP PG à côté du PD (&) - TRIPLE STEP G latéral 1/4 tour à G: genoux fléchis, pas PG côté G (7) - pas PD à côté du PG (&) - ¼ de tour à G ... pas PG avant (8) 9H
* Restart ici pendant le 2^{ème} mur et pendant le 5^{ème} mur.

17-24 STEP, ¾ PIVOT, SIDE, POINT, SIDE ROCK RECOVER CROSS, ¾ RUN AROUND

- 1-2 Pas PD avant (1) - ¾ de tour à G ... prendre appui sur PG (2) 12H
3-4 Grand pas PD côté D (3) - TOUCH pointe PG croisée devant PD tout en vous inclinant en arrière, légèrement sur le côté G (4)
5&6 SIDE ROCK CROSS G: ROCK STEP latéral G côté G (5) - revenir sur PD côté D (&) - CROSS PG devant PD avec Torque à G (orientation du corps pour préparer le tour qui suit) (6)
7&8& 4 petits pas avant en faisant graduellement ¾ de tour à D: pas PD avant 3H (7) - pas PG avant 5H (&) - pas PD avant 7H (8) - pas PG avant 9H (&)

25-32 SIDE, CROSS, C BUMP, ¼ LEFT, ¼ LEFT, L SAILOR

- 1-2 Pas PD côté D (1) - CROSS PG devant PD (2)
3&4 C BUMP: BUMP hanche D vers le haut et à D (3) - ramener les hanches au centre avec TOUCH PD à côté du PG (&) - BUMP hanche D vers bas et à D en terminant en position « assise » sur PD (appui PD côté D) (4)
5-6 ¼ de tour à G ... pas PG avant (5) 6H - ¼ de tour à G ... pas PD côté D (6) 3H
7&8 SAILOR STEP G : CROSS PG derrière PD (7) - petit pas BALL PD côté D (&) - pas PG côté G (8)

**** 2 Restarts après 16 temps de danse pendant le 2ème et le 5ème murs, et 1 tag à la fin du 7ème mur.**

Déroulement des Séquences:

32 – 16 (restart face à 12H) – 32 – 32 – 16 Restart face à 3H) – 32 – 32 – TAG face à 9H – puis 32 temps jusqu'à la fin.

TAG de 4 temps après avoir fait le 7ème mur, alors que vous serez face à 9H.

Après le sailor step, soyez en appui sur les 2 pieds, en seconde position, pieds « APART » (écartement largeur des épaules).

Faire les temps 1-4 ci-dessous :

1-4 HIP ROLL des hanches 360° dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, en poussant les hanches à 9H, puis 6, 3, 12 et enfin 9H (appui PG).

FIN : votre dernier mur commencera face à 3H. Vous ferez les 16 premiers temps et vous vous retrouverez face à 12H. Sur les temps 17, faites un pas PD côté D et lever la main D lentement en commençant vers la cuisse D, en gardant le bras tendu puis tendre le bras côté D et le lever aussi haut que vous le désirez, en arc de cercle, jusqu'à ce que la musique cesse.