



LIVE IT UP



Chorégraphe : Kate Sala Angleterre 2012

Niveau : Novice

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

Musique : Live It Up Chriss Isaak BPM 164

Introduction: 48 temps

1-8 STEP R, HOLD, ROCK BACK, RECOVER, STEP L, HOLD, ROCK BACK, RECOVER

1 à 4 Pas PD côté D (1) - **HOLD** (2) - CROSS ROCK PG derrière PD (3) - revenir sur PD avant (4)
5 à 8 Pas PG côté G (5) - **HOLD** (6) - CROSS ROCK PD derrière PG (7) - revenir sur PG avant (8)

9-16 STEP FWD, HOLD, ROCK FWD, RECOVER, TOE STRUT BACK x2

1 à 4 Pas PD avant (1) - **HOLD** (2) - ROCK STEP PG avant (3) - revenir sur PD arrière (4)
6-7 **TOE STRUT G arrière** : TAP pointe PG arrière (5) - **DROP** : abaisser talon G au sol (6)
7-8 **TOE STRUT D arrière** : TAP pointe PD arrière (7) - **DROP** : abaisser talon D au sol (8)

17-24 ROCK BACK, RECOVER, STEP FWD, SCUFF, JAZZ BOX, CROSS STEP

1 à 3 **MAMBO G** : ROCK STEP PG arrière (1) - revenir sur PD avant (2) - pas PG avant (3)
4 SCUFF PD en avant (4)
5 à 8 **JAZZ BOX CROSS D** : CROSS PD par-dessus PG (5) - pas PG arrière (6) - pas PD côté D (7) - CROSS PG devant PD (8)

25-32 TOE, HEEL, HOOK, STEP FWD DIAGONAL, TOUCH, STEP LEFT, TOGETHER, BOUNCE HEELS

1-2-3 **TOE-HEEL-HOOK** : TOUCH pointe PD à côté du PG (1) - TAP talon PD en avant (2) - HOOK PD devant PG (3)
4-5 Pas PD sur diagonale avant D ↗ (4) - TOUCH PG à côté du PD (5)
6 Pas PG côté G (6)
7&8 Pas PD à côté du PG (7) - **HEEL BOUNCES** : décoller talons du sol (&) - abaisser les talons (8)
Restart ici pendant le 4^{ème} et le 7^{ème} murs.

33-40 STEP R, HOLD, BEHIND, TURN ¼ R, STEP, PIVOT ½ TURN, TURN ¼ R, CROSS STEP BEHIND

1-2 Pas PD côté D (1) - **HOLD** (2)
3-4 CROSS PG derrière PD (3) - ¼ de tour à D ... pas PD avant (4) **3H**
5-6 **STEP TURN** : pas PG avant (5) - 1/2 tour PIVOT à D sur BALL PG ... **prendre appui sur PD avant** (6) **9H**
7-8 ¼ de tour à D ... pas PG côté G (7) - CROSS PD derrière PG (8) **12H**

41-48 TURN ¼ LEFT, HOLD, STEP FWD, PIVOT ½ TURN L, RUN x2, ROCK FWD, RECOVER

1-2 ¼ de tour à G ... pas PG avant (1) - **HOLD** (2) **9H**
3-4 **STEP TURN** : pas PD avant (3) - 1/2 tour PIVOT à G sur BALL PD ... **prendre appui sur PG avant** (4) **3H**
5-6 **2 pas courus avant** : pas PD avant (5) - pas PG avant (6)
7-8 ROCK STEP PD avant (7) - revenir sur PG arrière (8)

RESTARTS : pendant le 4^{ème} mur (face à 9H) et pendant le 7^{ème} mur (face à 3H)

Les 2 restarts se situent au même moment de la danse, soit après 32 temps (après le HEEL BOUNCE)

Source : Fiche de la chorégraphe. **Traduction et mise en page :** HAPPY DANCE TOGETHER Octobre 2012
lenid.baroin@wanadoo.fr <http://www.happy-dance-together.com/>

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