

Up



Difficulté: Intermédiaire
Type: 2 murs, 64 temps
Chorégraphie: Alison Biggs & Peter Metelnick (UK) Nov 2014
Musique: Up par Oily Murs ft. Demi Lovato (115bpm)
Traduit par: Linda Grainger, Fribourg
Intro: 16 temps

Tél : 079/ 678 41 11
E mail: info@stompin-feet.ch

Forward, Sailor Steps (Left & Right) Travelling Forward, Forward Rock, 1/2 Turn

1 Pas droit devant vers la diagonale droite
2&3 Croiser le pied gauche derrière le pied droit, pas droit à droite, pas gauche devant vers la diagonale gauche
4&5 Croiser le pied droit derrière le pied gauche, pas gauche à gauche, pas droit devant vers la diagonale droite
6-8 Rock le pied gauche devant, revenir sur le pied droit, pivoter 1/2 tour à gauche et pas gauche devant (6 :00)

1/2 Turn, Back, Coaster Step, Forward, Heel & Touch & Heel Together

1-2 Pivoter 1/2 tour à gauche et pas droit derrière, pas gauche derrière (12 :00)
3&4 Pas droit derrière, ramener le pied gauche près du pied droit, pas droit devant
5 Pas gauche devant
6&7 Toucher le talon droit devant, pas droit près du pied gauche, toucher le pied gauche près du pied droit
8& Toucher le talon gauche devant, pas gauche près du pied droit

Touch, Kick, Toe Switches (Left & Right), Right Sailor Step, Behind Side Cross

1-2 Toucher le pied droit près du pied gauche, kick le pied droit devant
&3&4 Pas droit près du pied gauche, toucher le pied gauche à gauche, pas gauche près du pied droit, toucher le pied droit à droite
5&6 Croiser le pied droit derrière le pied gauche, pas gauche à gauche, pas droit à droite
7&8 Croiser le pied gauche derrière le pied droit, pas droit à droite, croiser le pied gauche devant le pied droit

Side, Hold, Ball Step x2, Cross Rock, Shuffle 1/4 Turn

1-2 Pas droit à droite, pause
&3&4 Pas gauche près du pied droit, pas droit à droite, pas gauche près du pied droit, pas droit à droite
5-6 Croiser le pied gauche devant le pied droit, revenir sur le pied droit
7&8 Pivoter 1/4 de tour à gauche et pas gauche devant, ramener le pied droit près du pied gauche, pas gauche devant (9 :00)

Full Turn, Forward Shuffle, Forward Rock & Step Pivot 1/4

1-2 Pivoter 1/2 tour à gauche et pas droit derrière, pivoter 1/2 tour à gauche et pas gauche devant (9 :00)
Option : Remplacer le tour complet avec : Pas droit devant, pas gauche devant
3&4 Pas droit devant, ramener le pied gauche près du pied droit, pas droit devant
5-6& Rock le pied gauche devant, revenir sur le pied droit, pas gauche près du pied droit
7-8 Pas droit devant, pivoter 1/4 de tour à gauche (6 :00)

Syncopated Jazz Box Cross Side, 1/4 Turn Coaster, Full Turn

1-2 Croiser le pied droit devant le pied gauche, pas gauche derrière
&3-4 Pas droit à droite, croiser le pied gauche devant le pied droit, pas droit à droite
5&6 Pivoter 1/4 de tour à gauche et pas gauche derrière, ramener le pied droit près du pied gauche, pas gauche devant (3 :00)
7-8 Pivoter 1/2 tour à gauche et pas droit derrière, pivoter 1/2 tour à gauche et pas gauche devant (3 :00)
Option : Remplacer le tour complet avec : Pas droit devant, pas gauche devant

Step Pivot 1/4, Cross Shuffle, Hinge 1/2 Turn, Cross Shuffle

1-2 Pas droit devant, pivoter 1/4 de tour à gauche (12 :00)
3&4 Croiser le pied droit devant le pied gauche, pas gauche à gauche, croiser le pied droit devant le pied gauche
5-6 Pivoter 1/4 de tour à droite et pas gauche derrière, pivoter 1/4 de tour à droite et pas droit à droite (6 :00)
7&8 Croiser le pied gauche devant le pied droit, pas droit à droite, croiser le pied gauche devant le pied droit

Syncopated Side Rocks, Touches Forward & Side, Coaster Step

1-2& Rock le pied droit à droite, revenir sur le pied gauche, pas droit près du pied gauche
3-4 Rock le pied gauche à gauche, revenir sur le pied droit
5-6 Toucher la pointe gauche devant, toucher la pointe gauche à gauche
7&8 Pas gauche derrière, ramener le pied droit près du pied gauche, pas gauche devant

Tag 1 : A la fin du 1^{ère} et 3^{ème} Mur (face à 6 :00) : Répéter les dernier 8 temps. Ensuite recommencer la danse.

1-8 : Syncopated Side Rocks, Touches Forward & Side, Coaster Step

Tag 2 : A la fin du 2^{ème} Mur : 4 temps, Rocking Chair du pied droit. Lever les deux bras et regarder en haut sur le mot 'up' dans la chanson

Ending : A la fin du 6^{ème} Mur : Pas droit devant, lever les deux bras et regarder en haut.