



GET YOUR FEET DOWN

Chorégraphe : Michelle Chandonnet

Type : 132 temps – 2 murs – Phrasée - Intermédiaire

Musique : 1, 2, 3 – Ann Tayler

Séquence : ABCD - ABCD - A - D - BCD - CD - Final

- A - HEEL, HOOK, HEEL, TAP, RIGHT
GRAPEVINE, TAP

1 - 2 TOUCH talon D devant -
HOOK D devant PG

3 - 4 TOUCH talon D devant -
TAP D à coté PG

5 - 7 VINE à D : step D à D - step G croisé
derrière PD - step D à D D G D

8 TAP G à coté PD

- A - HEEL, HOOK, HEEL, TAP, L
GRAPEVINE, SCUFF

1 - 2 TOUCH talon G devant -
HOOK G devant PD

3 - 4 TOUCH talon G devant -
TAP G à coté PD

5 - 7 VINE à G : step G à G - step D croisé
derrière PG - step G à G G D G

8 SCUFF D devant

- A - ROCKING CHAIR, DIAGONAL STEP,
TAP, DIAGONAL STEP, TAP

1 - 2 ROCK STEP D avant : step D en avant -
revenir appui PG D G

3 - 4 ROCK STEP D arrière : step D en
arrière sur ball - revenir appui PG D G

5 - 6 step D en avant 45° -
TAP PG à coté PD D

7 - 8 step G en avant 45° -
TAP PD à coté PG G

- A - (KICK, BACK CROSSED) X4

1 - 2 KICK D devant 45° - step D croisé
derrière PG G

3 - 4 KICK G devant 45° - step G croisé
derrière PD D

5 - 6 KICK D devant 45° - step D croisé
derrière PG G

7 - 8 KICK G devant 45° - step G croisé
derrière PD D

- B - SIDE, SLIDE TOGETHER, CROSS,
CLAP, SIDE, SLIDE TOGETHER,
CROSS, CLAP

1 - 2 step D à D - SLIDE G à coté PD D G

3 - 4 step D croisé devant PG - CLAP D

5 - 8 step G à G - SLIDE D à coté PG G D

7 - 8 step G croisé devant PD - CLAP G

- B - BACK, LOCK, BACK, KICK, BACK,
LOCK, BACK, KICK

1 - 2 step D en arrière -
LOCK G devant PD D G

3 - 4 step D en avant - KICK G devant D

5 - 6 step G en arrière -
LOCK D devant PG G D

7 - 8 step G en arrière - KICK D devant G

- B - STEP, PIVOT 1/4 TURN, STEP, PIVOT
1/4 TURN, WALK, WALK, DOUBLE
KICK

1 - 2 STEP TURN G : step D en avant - $\frac{1}{4}$
tour G D G 9 h

3 - 4 STEP TURN G : step D en avant - $\frac{1}{4}$
tour G D G 6 h

5 - 6 step D en avant - step G en avant D G

7 - 8 KICK D devant - KICK D devant

- B - BACK, TOGETHER, STEP, TOGETHER,
TWIST, TWIST, TWIST, TWIST

1 - 2 step D en arrière -
step G à coté PD D G

3 - 4 step D en avant - step G à coté PD D G

5 - 6 TWIST talons à D -
revenir talons au centre

7 - 8 TWIST talons à G -
revenir talons au centre

- B - **MONTEREY TURN**
1 - 2 TOUCH pointe D à D - $\frac{1}{2}$ tour D sur ball G & step D à coté PG D **12 h**
3 - 4 TOUCH pointe G à G - step G à coté PD G
- C - **(STOMP DOWN, CLAP) X4** *En chantant "1, 2, 3, 4" sur les STOMP*
1 - 2 STOMP D devant - CLAP D
3 - 4 STOMP G devant - CLAP G
5 - 6 STOMP D devant - CLAP D
7 - 8 STOMP G devant - CLAP G
- C - **(BACK TOE STRUT) X4**
1 - 2 TOE STRUT D arrière : step D en arrière sur ball - appui plat PD D
3 - 4 TOE STRUT G arrière : step G en arrière sur ball - appui plat PG G
5 - 6 TOE STRUT D arrière : step D en arrière sur ball - appui plat PD D
7 - 8 TOE STRUT G arrière : step G en arrière sur ball - appui plat PG G
- C - **FWD, CLAP, 1/2 TURN, CLAP, 1/2 TURN, CLAP, FWD, CLAP**
1 - 2 step D en avant - CLAP D
3 - 4 step G en arrière - $\frac{1}{2}$ tour D, + CLAP G **6 h**
5 - 6 step D en avant - $\frac{1}{2}$ tour D D **12 h**
7 - 8 step G en avant - CLAP G
- C - **CROSS TOE STRUT, SIDE TOE STRUT, CROSS TOE STRUT, SIDE TOE STRUT**
1 - 2 TOE STRUT D croisé : step D croise devant PG sur ball - appui plat PD D
3 - 4 TOE STRUT G latéral : step G à G sur ball - appui plat PG G
5 - 6 TOE STRUT D croisé : step D croise devant PG sur ball - appui plat PD D
7 - 8 TOE STRUT G latéral : step G à G sur ball - appui plat PG G
- D - **STEP PIVOTS MAKING 3/4 TURN L**
1 - 2 STEP TURN G : step D en avant - $\frac{1}{8}$ tour G D G **10 h 30**
3 - 4 STEP TURN G : step D en avant - $\frac{1}{8}$ tour G D G **9 h**
5 - 6 STEP TURN G : step D en avant - $\frac{1}{4}$ tour G D G **6 h**
7-8 STEP TURN G : step D en avant - $\frac{1}{4}$ tour G D G **3 h**
- D - **STEP, LOCK, STEP, SCUFF, STEP, LOCK, STEP, SCUFF**
1 - 2 step D en avant - LOCK G derrière PD D G
3 - 4 step D en avant - SCUFF G devant D
5 - 6 step G en avant - LOCK D derrière PG G D
7 - 8 step G en avant - SCUFF D devant G
- D - **TOE INSTEP, SCUFF, (TOGETHER, TOE INSTEP, SCUFF) X3**
1 - 2 TOUCH pointe D à coté PG *genou IN* - SCUFF D à coté PG
& 3 - 4 step D à coté PG - TOUCH pointe G à coté PD *genou IN* - SCUFF G à coté PD D
& 5 - 6 step G à coté PD - TOUCH pointe D à coté PG *genou IN* - SCUFF D à coté PG G
& 7 - 8 step D à coté PG - TOUCH pointe G à coté PD *genou IN* - SCUFF G à coté PD D
- D - **L GRAPEVINE, SCUFF, R GRAPEVINE 1/4 TURN**
1 - 3 VINE à G : step G à G - step D croisé derrière PG - step G à G G D G
4 SCUFF D devant
5 - 7 VINE à D : step D à D - step G croisé derrière PD - $\frac{1}{4}$ tour D, step D à D D G D **6 h**
8 step G à coté PD G

***La danse est terminée !!!
On reprend depuis le début sans oublier le sourire !!!
Bon courage !!!***