

Get Your Feet Down

Description: Phrased / 2 Wall
Level: Advanced
Musik: 1,2,3 von Ann Tayler
Choreographed by Michelle Chandonnet

Abfolge: ABCD, ABCD, AD, BCD, CD, Ending

Sektion A

HEEL, HOOK, HEEL, TOUCH, RIGHT GRAPEVINE, TOUCH

1-4 R Ferse vorwärts auftippen, RF vor L Schienbein kreuzen, R Ferse vorwärts auftippen, RF neben LF auftippen
5-8 RF Schritt nach R, LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach R, LF neben RF auftippen

HEEL, HOOK HEEL, TOUCH, LEFT GRAPEVINE, SCUFF

1-4 L Ferse vorwärts auftippen, LF vor R Schienbein kreuzen, L Ferse vorwärts auftippen, LF neben RF auftippen
5-8 LF Schritt nach L, RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach L, rechte Ferse vorwärts über den Boden schleifen

ROCK & CHAIR, DIAGONAL STEP, TOUCH, DIAGONAL STEP, TOUCH

1,2 RF Schritt vor, Gewicht wieder auf LF verlagern
3,4 RF Schritt zurück, Gewicht wieder auf LF verlagern
5,6 RF Schritt diagonal vorwärts, LF neben RF auftippen
7,8 LF Schritt diagonal vorwärts, RF neben LF auftippen

KICK, BACK CROSS (4 X)

1,2 RF diagonal vorwärts kicken, RF hinter LF kreuzen
3,4 LF diagonal vorwärts kicken, LF hinter RF kreuzen
5-8 wiederhole 1-4

Sektion B

SIDE, SLIDE TOGETHER, CROSS, CLAP, SIDE, SLIDE TOGETHER, CROSS, CLAP

1-4 RF Schritt nach R, LF über den Boden schleifend an RF heranziehen, RF vor LF kreuzen, klatschen
5-8 LF Schritt nach L, RF über den Boden schleifend an LF heranziehen, LF vor RF kreuzen, klatschen

BACK, LOCK, BACK, KICK, BACK, LOCK, BACK, KICK

1-4 RF Schritt zurück, LF vor RF einkreuzen, RF Schritt zurück, LF vorwärts kicken
5-8 LF Schritt zurück, RF vor LF einkreuzen, LF Schritt zurück, RF vorwärts kicken

STEP, PIVOT ¼ TURN, STEP, TURN ¼ TURN, WALK, WALK, DOUBLE KICK

1-4 RF Schritt vor, ¼ Linksdrehung ausführen(Gewicht LF), RF Schritt vor, ¼ Linksdrehung ausführen(Gewicht LF)
5,6 RF Schritt vor, LF Schritt vor
7,8 RF 2x vorwärts kicken

BACK, TOGETHER, STEP, TOGETHER, TWIST, TWIST, TWIST, TWIST

1-4 RF Schritt zurück, LF neben RF stellen, RF Schritt vor, LF neben RF stellen
5-8 Drehe beide Fersen nach R, zur Mitte, nach R, und wieder zur Mitte

MONTEREY TURN

1,2 RF R auftippen, ½ Rechtsdrehung ausführen und RF an LF heran setzen
3,4 LF nach L auftippen, LF neben RF stellen

Sektion C

STOMPS, CLAPS (4 X)

1-8 RF stampfend vorwärts, klatschen, LF stampfend vorwärts, klatschen, RF stampfend vorwärts, klatschen, LF stampfend vorwärts, klatschen

Bei den Stomps mitzählen

BACK TOE STRUTS

1-4 RFspitze rückwärts aufsetzen, R Ferse absetzen, LFspitze rückwärts aufsetzen, L Ferse absetzen

5-8 RFspitze rückwärts aufsetzen, R Ferse absetzen, LFspitze rückwärts aufsetzen, L Ferse absetzen

STEP FORWARD, CLAP, STEP ½ TURN, CLAP, STEP ½ TURN, CLAP, STEP FORWARD, CLAP

1-4 RF Schritt vor, klatschen, Gewicht wieder auf LF verlagern, klatschen

5-8 ½ Rechtsdrehung ausführen und RF Schritt vor, klatschen, ½ Rechtsdrehung ausführen und LF Schritt vor, klatschen

Während der Schritte mitzählen(hm, ich nehme an, die "zählen" den Rock-Step da mit?)

CROSS TOE STRUTS

1-4 R Fußspitze vor LF kreuzen, R Ferse absetzen, L Fußspitze nach L auftippen, L Ferse absetzen

5-8 R Fußspitze vor LF kreuzen, R Ferse absetzen, L Fußspitze nach L auftippen, L Ferse absetzen

Sektion D

STEPS, PIVOTS MAKING ¼ TURN LEFT STEP AND PIVOT ¼ TURN TO LEFT ON 8 COUNTS

1,2 RF Schritt vor, 1/8 Linksdrehung ausführen(Gewicht LF)

3,4 RF Schritt vor, 1/8 Linksdrehung ausführen(Gewicht LF)

5,6 RF Schritt vor, ¼ Linksdrehung ausführen(Gewicht LF)

7,8 RF Schritt vor, ¼ Linksdrehung ausführen(Gewicht LF)

STEP, LOCK, STEP, SCUFF, STEP, LOCK, STEP, SCUFF

1-4 RF Schritt vor, LF hinter RF einkreuzen, RF Schritt vor, L Ferse vorwärts über den Boden schleifen

5-8 LF Schritt vor, RF hinter LF einkreuzen, LF Schritt vor, R Ferse vorwärts über den Boden schleifen

TOE INSTEP, SCUFF, STEP, TOE INSTEP, SCUFF (2X)

1,2 R Fußspitze neben LF auftippen, R Ferse vorwärts über den Boden schleifen

+3,4 RF neben LF stellen, L Fußspitze neben RF auftippen, L Ferse vorwärts über den Boden schleifen

+5,6 LF neben RF stellen, R Fußspitze neben LF auftippen, R Ferse vorwärts über den Boden schleifen

+7,8 RF neben LF stellen, L Fußspitze neben RF auftippen, L Ferse vorwärts über den Boden schleifen

LEFT GRAPEVINE, RIGHT GRAPEVINE ¼ TURN

1-4 LF Schritt nach L, RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach L, R Ferse vorwärts über den Boden schleifen

5-8 RF Schritt nach R, LF hinter RF kreuzen, ¼ Rechtsdrehung ausführen und RF Schritt vor, LF neben RF stellen

ENDING (Wiederhole die letzten 16 Counts von Sektion D)

TOE INSTEP, SCUFF, STEP, TOE INSTEP, SCUFF (2X)

1,2 R Fußspitze neben LF auftippen, R Ferse vorwärts über den Boden schleifen

+3,4 RF neben LF stellen, LFspitze neben RF auftippen, L Ferse vorwärts über den Boden schleifen

+5,6 LF neben RF stellen, R Fußspitze neben LF auftippen, R Ferse vorwärts über den Boden schleifen

+7,8 RF neben LF stellen, LFspitze neben RF auftippen, L Ferse vorwärts über den Boden schleifen

LEFT GRAPEVINE, RIGHT GRAPEVINE ¼ TURN

1-4 LF Schritt nach L, RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach L, R Ferse vorwärts über den Boden schleifen

5-8 RF Schritt nach R, LF hinter RF kreuzen, ¼ Rechtsdrehung ausführen und RF Schritt vor, LF neben RF stellen

Tanz beginnt von vorn und lächeln!!!!