



## GET YOUR FEET DOWN

**Chorégraphe** Michelle Chandonnet  
**Description** Danse en ligne – phrasée 132 – 2 murs - Niveau Avancé  
**Musique** 1,2,3 – Ann Tayler (180 BPM)

**SÉQUENCES : ABCD (1 à 132) ABCD (1 à 132) A (1 à 32) D (101 à 132) BCD (33-132) CD (69-132) FIN (117-132)**



Départ sur les paroles

### **PARTIE A – 1 À 32**

- 1-8 HEEL, HOOK, HEEL, TAP, RIGHT GRAPEVINE, TAP**  
1-4 Talon D avant, Crochet D devant la jambe gauche, Talon D avant, Tap D à côté du pied gauche  
5-8 Step D à droite, Step G derrière le pied droit, Step D à droite, Tap G à côté du pied droit
- 9-16 HEEL, HOOK HEEL, TAP, LEFT GRAPEVINE, SCUFF**  
1-4 Talon G avant, Crochet G devant la jambe droite, Talon G avant, Tap G à côté du pied droit  
5-8 Step G à gauche, Step D derrière le pied gauche, Step G à gauche, Scuff D
- 17-24 ROCK & CHAIR, DIAGONAL STEP, TAP, DIAGONAL STEP, TAP**  
1-2 Rock D avant, Ramenez le poids sur le pied G,  
3-4 Rock D arrière, Ramenez le poids sur le pied G  
5-8 Step D avant en diagonale, Tap G à côté du pied droit  
5-8 Step G avant en diagonale, Tap D à côté du pied gauche
- 25-32 KICK, BACK CROSSED (4 X)**  
1-2 Kick D avant en diagonale, Step D croisé derrière le pied gauche  
3-4 Kick G avant en diagonale, Step G croisé derrière le pied droit  
5-8 Répétez 1 à 4

### **PARTIE B – 33 À 68**

- 33-40 SIDE, SLIDE TOGETHER, CROSS, CLAP, SIDE, SLIDE TOGETHER, CROSS, CLAP**  
1-4 Step D à droite, Glissez G à côté du pied droit, Step D croisé devant le pied gauche, Clap  
5-8 Step G à gauche, Glissez D à côté du pied gauche, Step G croisé devant le pied droit, Clap
- 41-48 BACK, LOCK, BACK, KICK, BACK, LOCK, BACK, KICK**  
1-4 Step D arrière, Glissez G croisé devant le pied D, Step D arrière, Kick G avant  
5-8 Step G arrière, Glissez D croisé devant le pied G, Step G arrière, Kick D avant
- 49-56 STEP, PIVOT 1/4 TURN, STEP, PIVOT 1/4 TURN, WALK, DOUBLE KICK**  
1-4 Step D avant, Pivot 1/4 tour à gauche, Step D avant, Pivot 1/4 tour à gauche  
5-6 Steps DG avant  
7-8 Double kick D avant
- 57-64 BACK, TOGETHER, STEP, TOGETHER, TWIST, TWIST, TWIST, TWIST**  
1-4 Step D arrière, Step G à côté du pied droit, Step D avant, Step G à côté du pied droit  
5-8 Twist Talons à droite, Ramenez Talons au centre, Twist Talons à gauche, Ramenez Talons au centre
- 65-68 MONTERY TURN**  
1-2 Pointe D à droite, Pivot 1/2 tour à droite sur le pied G en ramenant et déposant le pied D à côté du pied G  
3-4 Pointe G à gauche, Step G ensemble

### **PARTIE C – 69 À 100**

- 69-76 STOMPS, CLAPS (4 X)**  
1-8 Stomp D avant, Clap, Stomp G avant, Clap, Stomp, D avant, Clap, Stomp G avant, Clap  
*En chantant 1, 2, 3, 4 sur les Stomps*
- 77-84 BACK TOE STRUTS**  
1-4 Pointe D arrière, Déposez le talon D, Pointe G arrière, Déposez le talon G  
5-8 Pointe D arrière, Déposez le talon D, Pointe G arrière, Déposez le talon G
- 85-92 STEP FORWARD, CLAP, STEP 1/2 TURN, CLAP, STEP 1/2 TURN, CLAP, STEP FORWARD, CLAP**  
1-4 Step D avant, Clap, Step G arrière 1/2 tour à droite, Clap  
5-8 Step D avant 1/2 tour à droite, Clap, Step G avant, Clap - *En chantant 3, 4, 5, 6 sur les Steps*
- 93-100 CROSS TOE STRUTS**  
1-4 Pointe D croisé devant le pied G, Déposez le talon D, Pointe G à gauche, Déposez le talon G  
5-8 Pointe D croisé devant le pied G, Déposez le talon D, Pointe G à gauche, Déposez le talon G

### **PARTIE D – 101 À 132**

- 101-108 STEPS, PIVOTS MAKING 3/4 TURN LEFT**  
*Exécutez 4 steps pivots pour faire 3/4 tour à gauche*  
1-8 Step D avant, Pivot 1/8 tour à gauche  
3-4 Step D avant, Pivot 1/8 tour à gauche  
5-6 Step D avant, Pivot 1/4 tour à gauche  
7-8 Step D avant, Pivot 1/4 tour à gauche
- 109-116 STEP, LOCK, STEP, SCUFF, STEP, LOCK, STEP, SCUFF**  
1-4 Step D avant, Glissez G derrière le pied droit, Step D avant, Scuff G avant  
5-8 Step G avant, Glissez D derrière le pied gauche, Step G avant, Scuff D avant
- 117-124 TOE INSTEP, SCUFF, STEP, TOE INSTEP, SCUFF (2X)**  
1-2 Pointe D intérieure à côté du pied gauche, Scuff D à côté du pied G  
&3-4 Step D ensemble, Pointe G intérieure à côté du pied droit, Scuff G à côté du pied D  
&5-6 Step G ensemble, Pointe D intérieure à côté du pied gauche, Scuff D à côté du pied G  
&7-8 Step D ensemble, Pointe G intérieure à côté du pied droit, Scuff G à côté du pied D
- 125-132 LEFT GRAPEVINE, RIGHT GRAPEVINE 1/4 TURN**  
1-4 Step G à gauche, Step D derrière le pied gauche, Step G à gauche, Scuff D avant  
5-8 Step D à droite, Step G derrière le pied droit, Step D 1/4 tour à droite, Step G ensemble