



MIND UP

Chorégraphes José Miguel Belloque Vane (NL) & Jean Pierre Madge (Suisse) - Mai 2018
Description En ligne, 48 comptes, 4 murs – 1 RESTART // CW
Niveau Avancé
Musique Hands up – Merk & Kremont ft. DNCE
Intro Départ sur les paroles



S1 - CROSS, KICK, JAZZ BOX, BIG STEP, TOGETHER, KICK BALL STEP

1-2 Croiser PD devant PG (1), Kick PG à Gauche en levant le bras G à Gauche et le bras D en l'air (2)
3& Croiser PG devant PD (3), pas PD arrière (&)
4&5-6 Pas PG à G (4), pas PD avant (&), grand pas PG avant et main D sous le menton (5), pas PD à côté du PG (appui PD) et lever la tête en la poussant avec la main D (6)
7&8 Kick PG avant (7), Ball PG à côté du PD (&), pas PD avant (8)

S2 - HEEL HEEL, POSE, COASTER STEP, STEP LOCK STEP STEP LOCK STEP KICK BALL

&1-2 Swivel talon G "IN" en 1/4 T à G (& 09:00, Swivel talon D "OUT" en 1/4 T à G (1) 06:00, pas PG à côté du PD et plier le bras D sur le bras G en prenant une pose de « gangster » (2)
3&4 Ball PD arrière (3), Ball PG à côté du PD (&), pas PD avant (4)
5&6& Pas PG dans la diag. avant Gauche (5), Lock PD derrière PG (&), pas PG dans la diag. avant Gauche (6), pas PD dans la diag. avant Droite (&)
7&8& Lock PG derrière PD (7), pas PD dans la diag. avant Droite (&), Kick PG avant (8), Ball PG à côté du PD (&)

S3 - CROSS, KICK, JAZZ BOX, BIG STEP, TOGETHER, KICK BALL STEP

1-2 Croiser PD devant PG (1), Kick PG à Gauche en levant le bras G à Gauche et le bras D en l'air (2)
3& Croiser PG devant PD (3), pas PD arrière (&)
4&5-6 Pas PG à G (4), pas PD avant (&), grand pas PG avant et main D sous le menton (5), pas PD à côté du PG (appui PD) et lever la tête en la poussant avec la main D (6)
7&8 Kick PG avant (7), Ball PG à côté du PD (&), pas PD avant (8)

S4 - HEEL HEEL, POSE, COASTER STEP, STEP LOCK STEP STEP LOCK STEP KICK BALL

&1-2 Swivel talon G "IN" en 1/4 T à G (& 03:00, Swivel talon D "OUT" en 1/4 T à G (1) 12:00, pas PG à côté du PD et plier le bras D sur le bras G en prenant une pose de « gangster » (2)
3&4 Ball PD arrière (3), Ball PG à côté du PD (&), pas PD avant (4)
5&6& Pas PG dans la diag. avant Gauche (5), Lock PD derrière PG (&), pas PG dans la diag. avant Gauche (6), pas PD dans la diag. avant Droite (&)
7&8& Lock PG derrière PD (7), pas PD dans la diag. avant Droite (&), Kick PG avant (8), Ball PG à côté du PD (&)

RESTART sur le MUR 5 face à 12H

S5 - SIDE, SAILOR STEP LOCK 1/4 L STEP, 1/4 L OUT, 1/2 L OUT, 3/4 L & CROSS & CROSS & CROSS

1 Pas PD à Droite
2&3 Croiser PG derrière PD (2), pas PD à Droite (&), pas PG à Gauche (3)
&4 1/4 T à Gauche et Lock PD derrière PG en faisant un Hitch genou G (& 09:00, pas PG avant (4)
5-6 1/4 T à Gauche et PD à Droite (5) 06:00, 1/2 T à Gauche et PG à Gauche (6) 12:00
&7&8&1 1/4 T à G et pas PD sur place (& 09:00, croiser PG devant PD (7), 1/4 T à G et pas PD sur place (& 06:00, croiser PG devant PD (8), 1/4 T à G et pas PD sur place (& 03:00, croiser PG devant PD (1)

S6 - HOLD, AND LOCK, OUT-OUT AND CROSS, STOMP, HOLD, TOE HEEL HITCH

2&3 HOLD (2), pas PD à Droite (&), Lock PG derrière PD (3)
&4 Ball PD à Droite "OUT" (&), Ball PG à G "OUT" (pieds APART) (4)
&5-6 Ball PD à côté du PG (&), croiser PG devant PD (5), Stomp PD à Droite (6)
7&8& HOLD (7), Swivel pointe D "IN" (&), Swivel talon D "IN" (8), Hitch genou D (&)