



UP & DOWN



Niveau :

Chorégraphe: Adriano CASTAGNOLI

Musique: « Your hometown » Jacob ARMITAGE

Temps : 64 Temps, 2 Murs + Restart

SECTION 1

1, 2 ROCK STEP DROIT AVANT CROISE

- 1 Croiser le pied Droit Devant le pied Gauche (finir par un Hook Gauche Arrière)
- 2 Se mettre en appui sur le pied Gauche (finir par un Kick Droit Avant) (fini par un Kick Droit Avant)
- 3 Mettre le pied Droit à Droite (finir par un Kick Gauche Avant)
- 4 Hook Gauche Avant
- 5 à 7 Step-Lock-Step Gauche Avant
- 8 Scuff Droit Avant

SECTION 2

1 à 4 Rocking Chair Droit (en Diagonale à Gauche)

5 à 8 Jazz Box départ pied Droit (finir par un Stomp Gauche à côté du pied Droit)

SECTION 3

- 1 En appui sur le Talon Gauche et la Pointe Droite tourner les Pointes vers l'Extérieur
- 2 En appui sur le Talon Droit et la Pointe Gauche tourner les Pointes vers l'Intérieur
- 3 En appui sur le Talon Gauche et la Pointe Droite tourner Pointes vers l'Extérieur
- 4 Stomp-Up Droit à Coté du pied Gauche
- 5 Kick Droit Avant
- 6 Brush Droit Arrière
- 7 Flick Droit
- 8 Scuff Droit Avant

RESTART ICI SUR LES MURS 3 & 7

SECTION 4

1, 2 ROCK STEP DROIT AVANT CROISER

1 Croiser le pied Droit Devant le pied Gauche (finir par un Hook Gauche Arrière)

2 Reculer le pied Gauche (finir par un Kick Droit Avant)

3, 4 ROCK STEP DROIT AVANT CROISER

3 Croiser le pied Droit Devant le pied Gauche (finir par un Hook Gauche Arrière)

4 Reculer le pied Gauche (finir par un Kick Droit Avant)

5, 6 Rock Step Droit Arrière

7, 8 Deux Stomp-Up Droit à Coté du pied Gauche

SECTION 5

1 Avancer le pied Droit en Droit en Diagonale à Droit

2 Stomp-Up Gauche à Coté du pied Gauche

3 Reculer le pied Gauche en Diagonale à Gauche

4 Stomp-Up Droit à Coté du pied Gauche

5 à 7 Slow Coaster Step Droit

8 Stomp-Up Gauche à Coté du pied Droit

SECTION 6

- 1 Pointer le pied Gauche à Gauche
- 2 Reculer le pied Gauche
- 3 Pointer le pied Droit à Droite
- 4 Reculer le pied Droit
- 5 Kick Gauche Avant
- 6 Hook Gauche Avant
- 7 Kick Gauche Avant
- 8 Flick Gauche

SECTION 7

- 1 à 4 Vine à Gauche (fini r par un Stomp Droit à Coté du pied Gauche)
- 5 Swivel Pointe Droite à Droite
- 6 Swivel Talon Droit à Droite
- 7 SWIVET ¼ DE TOUR A DROITE**
- 7 En appui sur le Talon Droit et la Pointe Gauche tourner les Pointes d'1/4 de tour à Droite
- 8 Pause

SECTION 8

- 1 à 3 Scissor Step Gauche
- 4 Pause
- 5, 6 – HEEL GREEN DROIT ¼ DE TOUR A DROITE**
- 5 Avancer le pied Droit sur le Talon
- 6 En appui sur le Talon Droit tourner d'1/4 de tour à Droite (finir avec le pied Gauche Derrière)
- 7 Reculer le pied Droit (finir par un Kick Gauche Avant)
- 8 Reculer le pied Gauche (finir par un Kick Droit Avant)

RECOMMENCEZ AU DEBUT