

COUNTRY OF SPIRIT

ASSOCIATION RÉGIE PAR LA LOI 1901

N° W175001131

☎ : 05 46 26 74 24 / 📞 06 29 77 10 26

countryofspirit@hotmail.fr



12h

9 h



3h

6h

UP AND DOWN



Musique: Down On The Bayou de Robert MIZZELL

Chorégraphie: *Maïlhoane MORAY 15 Ans « 2017 »*

Type: Danse en Ligne - 34 Temps – 4 Murs- Niveau : Intermédiaire – Style Catalan

Intro: Commencer sur les paroles

1-8 WALK, WALK, SHUFFLE RIGHT, SHUFFLE LEFT ROCK STEP ½ TURN

1-2 : PD devant, PG devant,

3&4 : PD devant, ramener PG à côte de PD, PD devant

5&6 : PG devant, ramener PD à côte de PG, PG devant

7&8 : PD devant, ½ tour, PG à côte de PD

9-16 VINE RIGHT, SCUFF, VINE LEFT, SCUFF, JUMPING CROSS RIGHT AND LEFT, STOMP

1&2& : PD à droite, PG derrière PD, PD à droite, broser le sol avec PG

3&4& : PG à gauche, PD derrière PG, PG à gauche, broser le sol avec PD

5&6& : en sautant, croiser PD devant PG

7&8& : puis croiser PG devant PD, taper PD fort

17-24 ROCK STEP RIGHT, ½ TURN JUMP, VINE RIGHT, SCUFF, VINE LEFT, SCUFF, JUMPING CROSS RIGHT

1&2& : PD devant, ¼ tour à droite en sautant,

3&4& : PD à droite, PG derrière PD, PD à droite, broser le sol avec PG

5&6& : PG à gauche, PD derrière PG, PG à gauche, broser le sol avec PD

7&8& : en sautant, croiser PD devant PG, PG devant PD

25-32 JUMPING CROSS LEFT, STOMP X 2, TOE STRUT BACKWARD RIGHT, LEFT, COASTER STEP, SHUFFLE LEFT

1&2& : ramener PG à côte de PD, taper le sol 2 fois PD

3&4& : Pas D (sur la plante) en arrière, Pas G (sur la plante) en arrière

5&6& : pose PD derrière, ramener PG à côte de PD, avance PD

7&8& : PG devant, ramener PD à côte de PG, PG devant

33-34 ROCK STEP ½ TURN

1&2& : PD devant, ½ tour à droite en sautant

TAGS : À la fin des 2èmes, 5èmes et 6èmes murs.

Sur 2 temps : STOMP DROIT, STOMP GAUCHE

*Cette feuille de danse a été agencée par Country Of Spirit,
Se reporter obligatoirement à la feuille de danse originale du chorégraphe qui fait foi.*

La bonne humeur, la convivialité et le respect de chacun est obligatoire dans nos cours.....

