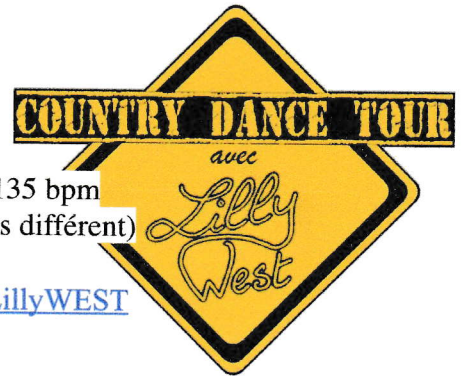


# Flip It



**Musique** She Had Me At Heads California (Cole SWINDELL) 135 bpm  
**Intro** 16 temps (ne prenez pas en compte le 1<sup>er</sup> thème musical, très différent)  
**Chorégraphe** Alison BIGGS & Peter METELNICK (juin 2022)  
**Vidéos** Tutoriel et Démonstration sur <https://www.youtube.com/c/LillyWEST>  
**Type** 4 murs, 32 temps, East Coast Swing, Grand Débutant

**Particularités** 0 Tag, 0 Restart 🍌

**Termes** **Brush** (1 temps) : Brosser la plante du pied au sol, d'arrière en avant si direction non précisée.

**Rock Step** (2 temps) : D : 1. Pas D dans la direction indiquée,  
2. Remettre le Poids du Corps (PdC) sur G.

**Toe Strut** (2 temps) : 1. Poser la plante du pied indiqué dans la direction indiquée,  
2. Poser le reste du pied + Transférer le PdC sur ce pied.

**Touch** (1 temps) : Poser la plante du pied indiqué à côté du pied d'appui  
(sans transfert du Poids Du Corps).

**Vine D** (4 temps) : 1. Pas D à D,  
2. Croiser G derrière D (+ Transfert Poids du Corps G),  
3. Pas D à D,  
4. Brush G ou Scuff ou Hitch, etc ...

**Flick** (1 temps) : Coup de Pied en arrière, Genou libre plié mais Pointe tendue.

**Vine G + 1/4 tour G** (4 temps) : 1. Pas G à G,  
2. Croiser D derrière G (+ Transfert Poids du Corps D),  
3. 1/4 Tour G + Pas G avant,  
4. Brush D ou Scuff ou Hitch, etc ...

**Hitch** (1 temps) : Coup de genou en l'air (sans sauter !)

## Section 1 : R Step-Lock-Step, Brush, L Step-Lock-Step, Brush.

1 - 2 Pas D en diagonale avant D, Bloquer G derrière D, 12:00  
3 - 4 Pas D en diagonale avant D, **Brush** G,  
5 - 6 Pas G en diagonale avant G, Bloquer D derrière G,  
7 - 8 Pas G en diagonale avant G, **Brush** D,

## S2 : R Forward Rock, R Back Toe Strut, Walk Back L R L, Touch R.

1 - 2 **Rock Step** D avant,  
3 - 4 **Toe Strut** D arrière,  
5 - 6 Pas G arrière, Pas D arrière,  
7 - 8 Pas G arrière, **Touch** D,

## S3 : R Vine with Flick, L 1/4 L Turning Vine with Hitch.

1 - 2 - 3 - 4 **Vine D + Flick** G *en arrière*

**Détail 1 à 4 :** Pas D à D, Croiser G derrière D, Pas D à D, Flick G,

5 - 6 - 7 - 8 **Vine G + 1/4 tour G + Hitch** D,

**Détail 5 à 8 :** Pas G à G, Croiser D derrière G, 1/4 tour G + Pas G avant, Hitch D, 09:00

## S4 : Walk Back R L R L, R Back Rock, Stomp R Forward, Stomp L Together.

1 - 2 Pas D arrière, Pas G arrière,  
3 - 4 Pas D arrière, Pas G arrière,  
5 - 6 **Rock Step** D arrière,  
7 - 8 Stomp D avant, Stomp G près de D.

🍌 Recommencez du début ... et gardez le sourire !! 🍌