



GET DOWN

Chorégraphe : Darren Bailey & Lana Williams

Musique : Get Down on it - Kool and the Gang

Temps : 32 - Murs : 4 - Niveau : Débutant

1-8 - SLIDE R, HEEL BOUNCES X2, SLIDE L, KICK BALL STEP

- 1-2 Faire un grand pas PD à D, Touch PG à côté du PD
- 3-4 Taper les 2 talons au sol 2 fois (en fléchissant les genoux)
- 5-6 Faire un grand pas PG à G, Touch PD à côté du PG
- 7&8 Faire un Kick PD devant, poser PD à côté du PG, faire un Pas PG devant

9-16 - STEP FORWARD, HEEL SWIVEL TURN $\frac{1}{2}$, L COASTER STEP, WALKS X2, FORWARD CLAP, BEHIND CLAP

- 1&2 Pas PD en avant, Tourner le Talon G vers le Talon D en faisant $\frac{1}{4}$ de tour à G (PDC à la fin sur PG), Faire $\frac{1}{4}$ de tour à G en tournant le Talon D vers l'arrière (PDC à la fin sur PD)
- 3&4 Pas PG derrière, Ramener PD à côté du PG, Pas PG devant
- 5-6 Pas PD devant, Pas PG devant
- 7-8 Touch Talon D devant et faire un clap devant, Touch Pointe G derrière et faire un clap derrière

17-24 - FORWARD SHUFFLE R, STEP $\frac{1}{4}$ TURN L, HEEL, TOE, HEEL, TOE

- 1&2 Pas PD devant, Ramener PG derrière PD, Pas PD devant
- 3-4 Pas PG devant, Faire $\frac{1}{4}$ de tour à D (PDC sur PD)
- 5-6 Touch Talon G croisé devant PD, Touch Pointe G à G
- 7-8 Touch Talon G croisé devant PD, Touch Pointe G à G

25-32 - STEP, TOUCH R, STEP, TOUCH L, L SAILOR STEP, CROSS BEHIND, JUMP OUT, IN

- 1-2 Pas PG croisé devant PD, Touch PD à D
- 3-4 Pas PD croisé devant PG, Touch PG à G
- 5&6& Pas PG derrière PD, Pas PD à D, Pas PG à G, Pas PD derrière PG
- 7-8 Sauter les 2 pieds écartés (en fléchissant légèrement les genoux), Sauter les 2 pieds joints (PDC sur PG)

Recommencer AVEC LE SOURIRE

Feuille de danse traduite par Patricia DUBOURG (patricia.sansot@orange.fr), pour les stages avec Darren et Lana du 6/11/2010.

G = gauche - D = droit - PD = pied droit - PG = pied gauche - PDC = poids du corps