

Ready For It (This Is It)



Musique This Is It (Oh The Larceny) 117 bpm

Intro 16 temps

Chorégraphe Evan VANSCOYK (septembre 2023)

Vidéos Tutoriel et Démonstration sur <https://www.youtube.com/@lillywest>

Type 48 temps, 2 murs, East Coast Swing, Novice

Particularités 0 Tag, 0 Restart 😊

Section 1 : Forward Out Out, Hold, Hip Move or Heel Swivels, ... Same Backward.

- & 1 – 2 Petit Saut en Diagonale avant D (out - extérieur), Pas G à G (out - extérieur), Pause, 12:00
3 – 4 Mouvement libre des hanches // Pivoter Talons à D, G, D, G,
& 5 – 6 Petit Saut en Diagonale arrière D (out), Pas G à G (out), Pause,
7 – 8 Mouvement libre des hanches // Pivoter Talons à D, G, D, G,

S2 : R Toe Forward, Side, R Sailor Step, ... Same to L.

- 1 – 2 Pointe D avant, Pointe D à D,
3 & 4 **Sailor Step D** (Croiser D derrière G, Pas G à G, Pas D à D),
5 – 6 Pointe G avant, Pointe G à G,
7 & 8 **Sailor Step G**,

S3 : R Toe inward, 1/4 R Kick, R Coaster Step, ... Same to L.

- 1 – 2 Pointe D diagonale avant D + Genou D tourné intérieur, 1/4 tour D + **Kick D** (Coup de pied), 03:00
3 & 4 **Coaster Step D** (Pas D arrière, Ramener G près D + PdC G, Pas D avant),
5 – 6 Pointe G diagonale avant G + Genou G tourné vers l'intérieur, 1/4 tour G + **Kick G**, 12:00
7 & 8 **Coaster Step G**,

S4 : R Rocking Chair, R Step 1/8 L Pivot with Hip Roll, x2.

- 1 – 2 **Rock Step D** avant (Pas D dans direction indiquée, Remettre Poids du Corps (PdC) sur G),
3 – 4 **Rock Step D** arrière,
5 – 6 Pas D avant, Pivoter 1/8 tour G + **Hip Roll** (Rouler les hanches), 10:30
7 – 8 Pas D avant, Pivoter 1/8 tour G + **Hip Roll**, 09:00

S5 : R Side Rock with Stomp, R Behind-Side-Cross, ... Same to L.

- 1 – 2 **Stomp D** à D (Taper Pied au sol + Transfert PdC D), Revenir Poids du Corps (PdC) sur G,
3 & 4 **Behind-Side-Cross D** (Croiser D derrière G, Pas G à G, Croiser D devant G),
5 – 6 **Stomp G** à G, Revenir PdC sur D,
7 & 8 **Behind-Side-Cross G**,

S6 : R Rocking Chair, 4 Stamps with 1/8 L.

- 1 – 2 **Rock Step D** avant,
3 – 4 **Rock Step D** arrière,
5 – 6 1/8 tour G + **Stomp up D** à D (Taper talon sans transfert PdC), 1/8 tour G + **Stomp up D** à D, 07:30
7 – 8 1/8 tour G + **Stomp up D** à D, 1/8 tour G + **Stomp up D** à D. 06:00

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