

BACK ON MY FEET



Chorégraphes : Isabelle PASCHE & Laurence
POUZOUILLIC (1^{er} mai 2021)

Description : 64 cptes – 2 murs – NOVICE +

Musique : Back On My Feet by KIMBEROSE

Intro : 16 cptes

2 TAGS / 1 RESTART

Section 1 : STEP FWD, POINT L TO L, SNAP, STEP FWD, POINT R TO R, SNAP, JAZZBOX CROSS

- 1-2 Poser PD devant – Pointer PG à G avec des snaps de chaque côté du corps
- 3-4 Poser PG devant – Pointer PD à D avec des snaps de chaque côté du corps
- 5-8 Croiser PD devant PG – Poser PG arrière – Poser PD à D – Croiser PG devant PD (12h00)

Section 2 : SIDE ROCK, RECOVER, CROSS, HOLD, ¼ TURN R, ½ TURN R, ROCK FWD

- 1-2 Rock PD à D – Revenir appui sur PG
- 3-4 Croiser PD devant PG – Hold
- 5-6 Faire ¼ de tour à D avec PG arrière (3h00) – Faire ½ tour à D avec PD devant (9h00)
- 7-8 Rock PG devant – Revenir appui sur PD

Section 3 : BACK, HOOK, STEP FWD, SCUFF, STEP LOCK STEP FWD, SCUFF

- 1-2 Poser PG arrière – Hook D devant la jambe G
- 3-4 Poser PD devant – Scuff PG
- 5-6 Poser PG devant – Lock PD derrière PG
- 7-8 Poser PG devant – Scuff PD

Section 4 : STEP TURN STEP, HOLD, FULL TURN, ¼ TURN R, SIDE ROCK, RECOVER

- 1-2 Poser PD devant – Faire ½ tour à G avec PG devant (3h00)
- 3-4 Poser PD devant – Hold
- 5-6 Faire ½ tour à D avec PG arrière – Faire ½ tour à D avec PD devant (3h00)
- 7-8 Faire ¼ de tour à D tout en faisant un rock PG à G – Revenir appui sur PD (6h00)

***RESTART**: Au 3^{ème} mur à la fin de la 4^{ème} section (32 cptes) face à 6h00, en changeant les comptes 7-8 par ¼ TURN R – TOUCH

- 7-8 Faire ¼ de tour à D avec PG à G – Touch PD à côté de PG

Section 5 : CROSS TOE STRUT AND SNAP, BACK TOE STRUT AND SNAP, SIDE JUMP, TOUCH, ¼ TURN L JUMP, TOUCH

- 1-2 Croiser pointe PG devant PD – Abaisser le talon G avec des snaps
- 3-4 Poser pointe PD derrière – Abaisser le talon D avec des snaps
- 5-6 Petit saut PG à G – Touch PD à côté de PG avec des snaps
- 7-8 Faire ¼ de tour à G avec petit saut PD à D – Touch PG à côté de PD avec des snaps (3h00)

Section 6 : ROCKING CHAIR, STEP FWD, ½ TURN R, JUMP, TOUCH

- 1-4 Rock PG devant – Revenir appui sur PD – Rock PG arrière – Revenir appui sur PD
- 5-6 Poser PG devant – Faire ½ tour à D avec PD devant (9h00)
- 7-8 Petit saut PG à G – Touch PD à côté de PG avec des snaps

Section 7 : SIDE, TOUCH, SIDE, TOUCH, ROLLING VINE, BRUSH

- 1-2 Poser PD à D – Touch PG à côté de PD avec des snaps
- 3-4 Poser PG à G – Touch PD à côté de PG avec des snaps
- 5-8 Faire ¼ de tour à D avec PD devant – Faire ½ tour à D avec PG arrière – Faire ¼ de tour à D avec PD à D – Brush PG devant (9h00)

Section 8 : JAZZBOX ¼ TURN L, TOUCH, OUT OUT – IN IN

- 1-4 Croiser PG devant PD – Faire ¼ de tour à G avec PD arrière – Poser PG à G – Touch PD à côté de PG (6h00)
- 5-8 Poser PD à D en diagonale avant – Poser PG à G en diagonale avant – Ramener PD au centre – Ramener PG à côté de PD (pdc PG)

TAG 1 de 16 cptes : A la fin du 1^{er} mur face à 6h00

STEP FWD, HOLD & SNAP, ½ TURN L, HOLD & SNAP, STEP FWD, HOLD & SNAP, ½ TURN L, HOLD & SNAP

- 1-2 Poser PD devant – Hold avec des snaps
- 3-4 Faire ½ tour à G (pdc PG) – Hold avec des snaps
- 5-6 Poser PD devant – Hold avec des snaps
- 7-8 Faire ½ tour à G (pdc PG) – Hold avec des snaps

OUT, HOLD & SNAP, OUT, HOLD & SNAP, IN, HOLD & SNAP, IN, HOLD & SNAP

- 1-2 Poser PD en diagonale D avant – Hold avec des snaps
- 3-4 Poser PG en diagonale G avant – Hold avec des snaps
- 5-6 Ramener PD – Hold avec des snaps
- 7-8 Ramener PG – Hold avec des snaps

TAG 2 de 32 cptes : A la fin du 4^{ème} mur (**TAG 1 X2**)

-REPEAT-

Contacts :

Isabelle Pasche : country.endoufielle@orange.fr
Laurence Pouzoullic : l.pouzoullic@gmail.com