

GET UP !

Chorégraphe : Vanesa BARAMBIO

Musique : UP de Olly MURS & Demi LOVATO

Partie A 32 comptes, Partie B 32 comptes

Tag 1 8 comptes, Tag 2 4 comptes

Phrasé : AA tag 1 BB tag 2 AA tag 1 BB AA BB



PARTIE A

Sect.1 HEEL R,HEEL L,KICK HOOK KICK R,COASTER STEP R,KICK L X 2

- 1-2 Talon D, talon G
- 3&4 Kick hook kick D
- 5&6 PD vers l'arrière, PG a coté PD, PD vers l'avant
- 7-8 kick G x 2

Sect.2 TRIPLE STEP L RWD,COASTER STEP R,STEP L $\frac{1}{2}$ TURN R,SIDE ROCK CROSS L

- 1&2 PG arrière, PD à coté PG, PG arrière
- 3&4 PD vers l'arrière, PG a coté PD, PD vers l'avant
- 5-6 PG devant, $\frac{1}{2}$ turn D
- 7&8 PG à Gauche, rock D, cross G

Sect.3 WEAVE R,SLIDE R,STOMP UP L,POINTE,HEEL,POINTE L,FULL TURN L

- 1&2& PD à D, PG croisé derrière PD, PD à D, PG croisé devant PD
- 3-4 PD à D, stomp up PG
- 5&6 Pointe, Talon, pointe PG
- 7-8 Tour complet à G

Sect.4 CROSS R OVER L,KICK R FWR,COASTER STEP R,ROCK L,STEP R RWC COASTER STEP L

- 1&2 PD croisé devant PG, PG à G, Kick PD devant
- 3&4 PD vers l'arrière, PG a coté PD, PD vers l'avant
- 5-6 PG à coté PD, PD vers l'avant
- 7&8 PG vers l'arrière, PD a coté PG, PG vers l'avant

PARTIE B

Sect.1 SIDE TOGETHER R,TRIPLE STEP FWD R,SIDE TOGETHER L,TRIPLE STEP BACK L

- 1-2 PD à D, revenir sur PG
- 3&4 PD vers avant, PG à coté PD, PD vers avant
- 5-6 PG à G, revenir sur PD
- 7&8 PG vers avant, PD à coté PG, PG vers avant

**Sect.2 BACK R, BACK L, COASTER STEP R, TRIPLE STEP L FWR, 1/2 TURN L
TOE STRUT R**

- 1-2 Marche arrière PD, marche arrière PG
3&4 PD vers l'arrière, PG à côté PD, PD vers l'avant
5&6 PG vers avant, PD à côté PG, PG vers avant
7-8 $\frac{1}{2}$ tour à G, Pointe talon PD

**Sect.3 ROCK $\frac{1}{2}$ TURN L FWR, ROCK $\frac{1}{2}$ TURN L, VAUDEVILLE R, VAUDEVILLE L,
 $\frac{1}{2}$ TURN R HELL GREEN R**

- 1-2 Rock PG $\frac{1}{2}$ tour G, rock PG $\frac{1}{2}$ tour G
3&4 PD croisé devant PG, PG à G, talon PD, Ramène PD
5&6 PG croisé devant PD, PD à D, talon PG, Ramène PG
7-8 Appui talon D, $\frac{1}{2}$ tour à D

**Sect.4 COASTER STEP R, STEP L FWR, $\frac{1}{2}$ TURN R, TRIPLE STEP $\frac{1}{2}$ TURN L, OUT R,
OUT L, IN R, IN L**

- 1&2 PD vers l'arrière, PG à côté PD, PD avant
3-4 PG vers avant, $\frac{1}{2}$ tour à D
5&6 PG vers avant, PD à côté PG, PG en $\frac{1}{2}$ tour à D
&7&8 Avant PD, avant PG, ramène PD, ramène PG

TAG 1

HELL GREEN R, COASTER STEP R, HEEL GREEN L, COASTER STEP L

- 1-2 Appui talon PD, faire pivoté pointe D vers la G
3&4 PD vers l'arrière, PG à côté PD, PD avant
5-6 Appui talon PG, faire pivoté pointe G vers la D
7&8 PG vers l'arrière, PD à côté PG, PG avant

TAG 2

- 1-4 Stomp up x 4