

Get Your Feet Down



Beschreibung: Phrased / 2 Wall/ Advanced Line Dance
Choreographie: Michelle Chendonnet
Musik : 1,2,3, von Ann Tayler

Sequenz: ABCD, ABCD, AD, BCD, CD, Ending

Part / Teil A

Heel, Hook, Heel, Touch, Grapevine R

- 1, 2 RF Ferse vorne auftippen, rechtes Bein anheben und vor dem linken Schienbein kreuzen
- 3, 4 RF Ferse vorne auftippen, RF neben den LF auftippen
- 5, 6 RF Schritt nach rechts, LF hinter RF kreuzen
- 7, 8 RF Schritt nach rechts, LF neben RF auftippen

Heel, Hook, Heel, Touch, Grapevine L with Scuff

- 1, 2 LF Ferse vorne auftippen, linkes Bein anheben und vor dem rechten Schienbein kreuzen
- 3, 4 LF Ferse vorne auftippen, LF neben den RF auftippen
- 5, 6 LF Schritt nach links, RF hinter LF kreuzen
- 7, 8 LF Schritt nach links, RF Ferse streift am Boden nach vorne

Rocking Chair, Step Touch R+L

- 1, 2 RF Schritt nach vorwärts, Gewicht zurück auf den LF
- 3, 4 RF Schritt nach zurück, Gewicht zurück auf den LF
- 5, 6 RF Schritt schräg vorwärts nach rechts, LF neben den RF auftippen
- 7, 8 LF Schritt schräg vorwärts nach links, RF neben den LF auftippen

Kick, Behind R+L, 2x

- 1, 2 RF schräg nach rechts vorne kicken, RF hinter LF kreuzen
- 3, 4 LF schräg nach links vorne kicken, LF hinter RF kreuzen
- 5- 8 wie 1-4

Part / Teil B

Side Step R, Slide, Cross, Clap R+L

- 1, 2 RF Schritt nach rechts, LF an rechten heranziehen
- 3, 4 RF vor LF kreuzen, Klatschen
- 5-8 wie 1-4, aber Spiegelbildlich mit links beginnend

Back-Lock-Back, Kick R+L

- 1, 2 RF Schritt zurück, LF vor RF einkreuzen
- 3, 4 RF Schritt zurück, LF nach vorne kicken
- 5-8 wie 1-4, aber Spiegelbildlich mit links beginnend

Step, ¼ Turn L, Step, ¼ Turn L, Walk R+L, Kick 2x

- 1, 2 RF Schritt nach vorne, ¼ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht zurück auf LF (9 Uhr)
- 3, 4 wie 1-2 (6 Uhr)
- 5, 6 2 Schritte vorwärts (R,L)
- 7, 8 RF 2x nach vorne kicken

Step back, Together, Step fwd, Together, Heel Twists

- 1, 2 RF Schritt zurück, LF heranstezen
- 3, 4 RF Schritt vorwärts, LF heransetzen
- 5-8 Fersen nach rechts, zur Mitte, nach links und wieder zur Mitte

Monterey Turn

- 1, 2 Rechte Fußspitze rechts auftippen, ½ Rechtsdrehung herum & RF an LF heransetzen (12 Uhr)
- 3, 4 Linke Fußspitze links auftippen, LF an RF heransetzen

Part / Teil C

Stomp, Clap R+L 2x

- 1, 2 RF vorne aufstampfen (one), Klatschen
- 3, 4 LF vorne aufstampfen (two), Klatschen
- 5-8 wie 1-4 (three, four)

Toe Struts Back

- 1, 2 RF zurück, nur die Fußspitze aufsetzen, RF Ferse absenken
- 3, 4 LF zurück, nur die Fußspitze aufsetzen, LF Ferse absenken
- 5-8 wie 1-4

Step, Clap, ½ Turn R, Clap, ½ Turn R, Clap, Step fwd L, Clap

- 1, 2 RF Schritt vorwärts (one), Klatschen
- 3, 4 ½ Rechtsdrehung & LF Schritt zurück (6 Uhr) (two), Klatschen
- 5, 6 ½ Rechtsdrehung & RF Schritt vorwärts (12 Uhr) (three), Klatschen
- 7, 8 LF Schritt vorwärts (four), Klatschen

Cross Strut, Side Strut 2x

- 1, 2 RF vor LF kreuzen, nur die Fußspitze aufsetzen, rechte Ferse absenken
- 3, 4 LF Schritt nach links, nur die Fußspitze aufsetzen, linke Ferse absenken
- 5-8 wie 1-4

Part / Teil D

Step fwd, 1/8 Turn L 2x, Step fwd, 1/4 Turn L 2x

- 1, 2 RF Schritt nach vorne, 1/8 Linksdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf LF
- 3, 4 wie 1-2 (9 Uhr)
- 5, 6 RF Schritt vorwärts, 1/4 Linksdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf LF (6 Uhr)
- 7, 8 wie 5-6 (3 Uhr)

Step-Lock-Step, Scuff R+L

- 1, 2 RF Schritt vorwärts, LF hinter RF einkreuzen
- 3, 4 RF Schritt vorwärts, LF Ferse streift am Boden nach vorne
- 5, 6 LF Schritt vorwärts, RF hinter LF einkreuzen
- 7, 8 LF Schritt vorwärts, RF Ferse streift am Boden nach vorne

Touch, Scuff & Touch, Scuff 2x

- 1, 2 RF neben LF auftippen, RF Ferse streift am Boden nach vorne
- +3, 4 RF an LF heransetzen & LF neben RF auftippen, LF Ferse streift am Boden nach vorne
- +5, 6 LF an RF heransetzen & RF neben LF auftippen, RF Ferse streift am Boden nach vorne
- +7, 8 RF an LF heransetzen & LF neben RF auftippen, LF Ferse streift am Boden nach vorne

Grapevine L with Scuff, Grapevine R with 1/4 Turn R, Touch

- 1, 2 LF Schritt nach rechts, RF hinter LF kreuzen
- 3, 4 LF Schritt nach rechts, RF Ferse streift am Boden nach vorne
- 5, 6 RF Schritt nach rechts, LF hinter RF kreuzen
- 7, 8 1/4 Rechtsdrehung & RF vorwärts (6 Uhr), LF neben RF auftippen

Wiederholung bis zum Ende

Ending/Ende

Touch, Scuff & Touch, Scuff 2x

- 1, 2 RF neben LF auftippen, RF Ferse streift am Boden nach vorne
- +3, 4 RF an LF heransetzen & LF neben RF auftippen, LF Ferse streift am Boden nach vorne
- +5, 6 LF an RF heransetzen & RF neben LF auftippen, RF Ferse streift am Boden nach vorne
- +7, 8 RF an LF heransetzen & LF neben RF auftippen, LF Ferse streift am Boden nach vorne

Grapevine L with Scuff, Grapevine R with 1/2 Turn R, Touch

- 1, 2 LF Schritt nach links, RF hinter LF kreuzen
- 3, 4 LF Schritt nach links, RF Ferse streift am Boden nach vorne
- 5, 6 RF Schritt nach rechts, LF hinter RF kreuzen
- 7, 8 1/2 Rechtsdrehung & RF Schritt vorwärts (12 Uhr), LF neben RF auftippen