



YT ok

180 vote 5 *

GET IN OR GET OUT

Chorégraphes : Maggie GALLAGHER - Keresley, COVENTRY - U. K. - ANGLETERRE / Octobre 2022

LINE Dance : 32 temps - 4 murs - **NOVICE**

Musique : Get in or get out - Sarah LAKE - BPM 120 / Polka **M & CV ok**

2 tags - 1 tag + restart - 1 restart - Introduction : 8 temps



STEP, KICK BALL CHANGE, WALK, ROCK, RECOVER, BACK SHUFFLE

- 1 pas PD avant
 2&3 KICK G, BALL STEP D : KICK PG avant - pas BALL PG à côté du PD - pas PD avant
 4.5.6 pas PG avant - ROCK STEP D avant , revenir sur G arrière
 7&8 SHUFFLE D arrière : pas PD arrière - pas PG à côté du PD - pas PD arrière

M3 16c R1

M5 32c T1-3h

M8 32c T1-12h

M9 16c T2+R 3h

½ SHUFFLE, ¼ SIDE ROCK, RECOVER, BEHIND SIDE CROSS, POINT, HOLD &

- 1&2 SHUFFLE G, 1/2 tour G : 1/4 de tour G . . . pas PG côté G - pas PD à côté du PG . . .
 . . . 1/4 de tour G . . . pas PG avant 6:00
 3.4 1/4 de tour G . . . ROCK STEP latéral D côté D , revenir sur PG côté G 3:00
 5&6 BEHIND-SIDE-CROSS D : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG
 7.8& TOUCH pointe PG côté G - HOLD - SWITCH : pas PG à côté du PD

RESTART : sur 3ème mur, danser 16& 6:00, et reprendre la Danse au début 9:00

****TAG & RESTART** : 9ème mur - après 16&, 12:00 ajouter les 4 temps suivants 3:00

STOMP RIGHT, HOLD, STOMP LEFT, HOLD

- 1.2 STOMP PD avant - HOLD
 3.4 STOMP PG avant - HOLD , et reprenez la Danse au début 3:00

ROCK, RECOVER, & HEEL & HEEL &, ROCK, RECOVER, ¼ CHASSE LEFT

- 1.2 ROCK STEP D avant , revenir sur G arrière
 &3 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH talon G avant
 &4 SWITCH : pas PG à côté du PD - TOUCH talon D avant
 &5.6 SWITCH : pas PD à côté du PG - ROCK STEP G avant , revenir sur D arrière
 7&8 1/4 de tour G . . . SHUFFLE G latéral : pas PG côté G - pas PD à côté du PG - pas PG côté G 12:00

CROSS, ¼, COASTER STEP, WALK, ½, SHUFFLE ½

- 1.2 JAZZ BOX D : CROSS PD par-dessus PG - 1/4 de tour D . . . pas PG arrière 3:00
 3&4 COASTER STEP D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant
 5.6 pas PG avant - 1/2 tour G . . . pas PD arrière - 9 : 00 -
 7&8 1/2 tour G . . . SHUFFLE G avant : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant 3:00

Option 6.7&8 pas PD avant - SHUFFLE G avant : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant 3:00

TAGS : à la fin du 5ème mur - 3 : 00 - , et du 8ème mur - 12 : 00 - , ajouter les 8 temps suivants

ROCK, RECOVER, RIGHT COASTER STEP, ROCK, RECOVER, LEFT COASTER STEP

- 1.2 ROCK STEP D avant , revenir sur G arrière
 3&4 COASTER STEP D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant
 5.6 ROCK STEP G avant , revenir sur D arrière
 7&8 COASTER STEP G : reculer BALL PG - reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant

FIN : danser le 12ème mur 9:00 , ensuite STOMP PD avant 12:00

RECOMMENCER AVEC LE SOURIRE,

