



And Get it On

Chorégraphe : Daniel Trépat & Jose Miquel Belloque Vane

Type : 32 Temps, 4 Murs

Niveau : Intermédiaire

Musique : "Marvin Gaye", Charlie Puth ft. Meghan Trainor

Mars 2015

BPM 110

Intro. : 32 comptes depuis le 1^{er} battement de musique, (ne pas compter les paroles).

1-8		Mur Final
1- SIDE, TOGETHER, 1/8 TURN R STEP Fwd, CHA CHA R Fwd, SYNCOPED HALF DIAMOND		
1 – 3	PG à gauche (1), PD à côté du PG (2), 1/8 tour à droite et PG devant (3)	12 :00
4 & 5	Pas PD devant (4), PG derrière PD (<i>lock</i>) (&), Pas PD devant (5)	1 :30
6 & 7	Pas PG devant (6), 1/8 tour à gauche PD à droite (&), 1/8 tour à droite PG derrière (7)	10 :30
8 & 1	Pas PD derrière (8), 1/8 tour à gauche PG à gauche (&), 1/8 tour à gauche PD devant (1)	7 :30
9-16		
2- STEP FWD, ½ TURN L, CHA CHA BACK, ROCKSTEP, CHA CHA FWD		
2 – 3	Pas PG devant (2), ½ tour à gauche PD derrière (3),	7 :30
4 & 5	Pas PG derrière (4), PD devant PG (<i>lock</i>) (&), PG derrière (5)	1 :30
6 – 7	Pas PD derrière (6), Revenir Pdc sur PG (7)	
8 & 1	Pas PD devant (8), PG derrière PD (<i>lock</i>) (&), Pas PD devant (1)	1 :30
17-24		
3- HOLD, EXTENDED CHA FWD, BALL LOCK, UNWIND 7:8 TURN R, SIDE, TOUCH, HOLD		
2&3&4	Pause (2), PG derrière PD (<i>lock</i>) (&), Pas PD devant (3), PG derrière PD (<i>lock</i>) (&), Pas PD devant (4)	1 :30
&5 – 6	Pas PG devant (&), PD croisé derrière PG (5), Dérouler sur 7/8 tour à droite <i>Finir Pdc sur PG (6)</i>	12 :00
&7 - 8	Pas PD à droite (&), Pointer PG à gauche (7), Pause (8)	12 :00
25-32		
4- ¼ TURN LEFT, FLICK, STEP Fwd, SPIRAL TURN LEFT, STEP Fwd, ¼ TURN LEFT, SIDE, 1/8 TURN LEFT, TOGETHER, HOLD, 3 X HEEL BOUNCES AND 1/8 TURN LEFT		
1 – 2	¼ de tour à gauche, PG devant et Flick PD arrière (1), Pas PD croisé devant PG (2)	9 :00
3	Tour complet à gauche <i>Finir Pdc sur PD (3)</i>	
4 &	Pas PG devant (4), ¼ de tour à gauche Pas PD à droite (&)	
5 – 6	1/8 de tour à gauche Pas PG à côté du PD (5), Pause (6)	4 :30
7 & 8	Soulever 3 x les talons des PG et PD ensemble (7), (&), (8) Sur 7 & 8, pendant que l'on fait les "heel bounces", tourner 1/8 de tour à gauche 3 :00	3 :00

Souriezet Recommencez