

# 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 ½ 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, ½ turn D  
7&8 PG à Gauche, rock D, cross G

### Sect.3 WEAWE 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 *Diag D* 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  
*arrière* *arrière*

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

~~TOE STRUT R~~ Triple Step 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 Triple Step R.

**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, rest PG  $\frac{1}{2}$  tour G - PG devant  
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 : PD