

Get Up And Swing

Choreographie: Maryse Gagnon & Stéphane Beauchamp

Beschreibung:	48 count, 4 wall, improver line dance; 3 restarts, 0 tags
Musik:	Ain't Nobody Here But Us Chickens von The Jive Aces
Hinweis:	Der Tanz beginnt nach 48 Taktschlägen

S1: Step, lock, step, brush r + l

- 1-2 Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts - Linken Fuß hinter rechten einkreuzen
- 3-4 Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß nach vorn schwingen
- 5-6 Schritt nach schräg links vorn mit links - Rechten Fuß hinter linken einkreuzen
- 7-8 Schritt nach vorn mit links - Rechten Fuß nach vorn schwingen

S2: Step, pivot ½ l, step, touch r + l + r

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (6 Uhr)
- 3-4 Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts - Linken Fuß neben rechtem auf tippen
- 5-6 Schritt nach schräg links vorn mit links - Rechten Fuß neben linkem auf tippen
- 7-8 Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts - Linken Fuß neben rechtem auf tippen

S3: Rock forward, back, kick, back, close, step, hold

- 1-2 Schritt nach vorn mit links - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
 - 3-4 Schritt nach hinten mit links - Rechten Fuß nach vorn kicken
 - 5-6 Schritt nach hinten mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen
 - 7-8 Schritt nach vorn mit rechts - Halten
- (**Ende:** Der Tanz endet hier in der 10. Runde - Richtung 3 Uhr; zum Schluss 'Schritt nach vorn mit links - ¼ Drehung links herum und Schritt nach rechts mit rechts' - 12 Uhr)

S4: Step, pivot ¼ r, cross, hold, close/heels-toes-heels swivels, hold

- 1-2 Schritt nach vorn mit links - ¼ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (9 Uhr)
 - 3-4 Linken Fuß über rechten kreuzen - Halten
 - 5-8 Rechten Fuß an linken heransetzen/beide Hacken, Fußspitzen und wieder Hacken nach rechts drehen (Gewicht am Ende links) - Halten
- (**Restart:** In der 1. Runde - Richtung 9 Uhr - hier abbrechen und von vorn beginnen)
(**Restart:** In der 4. Runde - Richtung 12 Uhr - hier abbrechen und von vorn beginnen)
(**Restart:** In der 8. Runde - Richtung 6 Uhr - hier abbrechen und von vorn beginnen)

S5: Side, close, back, hold, side, close, step, hold

- 1-2 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen
- 3-4 Schritt nach hinten mit rechts - Halten
- 5-6 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen
- 7-8 Schritt nach vorn mit links - Halten

S6: Step, hold, slow kick, ¼ turn l, close, ¼ turn l, hold

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts - Halten
- 3-4 Linken Fuß nach vorn kicken [3-4]
- 5-6 ¼ Drehung links herum und Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen (6 Uhr)
- 7-8 ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links - Halten (3 Uhr)

Wiederholung bis zum Ende