



Approved by:

Out & Jump

DANSE EN LIGNE PHRASÉE À 4 MURS. NOVICE

COMPTES	DESCRIPTION DES PAS	CALLING SUGGESTION	DIRECTION
PARTIE A			
Section 1 1 & 2 3 – 4 5 & 6 7 – 8	Right Chassé, Cross Rock-Recover, Left Chassé, Cross-Turn ¼ Right PD à D. Assembler PG au PD. PD à D. Croiser PG devant PD. Revenir sur PD. PG à G. Assembler PD au PG. PG à G. Croiser PD devant PG. 1/4 tour à D en reculant PG. (3h00)	Side Triple Rock Step Side Triple Rock Turn	Droite Sur place Gauche Tour à D
Section 2 1 – 2 3 & 4 5 – 6 7 & 8	Rock Back-Recover, Triple ½ Turn, ¼ Turn-Together, Left Shuffle Forward Rock Step PD en arrière. Revenir sur PG. 1/2 tour à G en Triple Step sur place sur D-G-D. (9h00) 1/4 tour à G en posant PG à G. Assembler PD au PG. (6h00) PG en avant. Assembler PD au PG. PG en avant.	Back Rock Triple Turn Turn Close Triple Step	Sur place Tour à G En avant
Section 3 1 – 2 3 – 4 5 & 6 7 – 8	Right Rocking Chair, Right Shuffle Forward, Cross-¼ Turn Rock Step PD en avant. Revenir sur PG. Rock Step PD en arrière. Revenir sur PG. PD en avant. Assembler PG au PD. PD en avant. Croiser PG devant PD. 1/4 tour à G en reculant PD. (3h00)	Rock Step Back Rock Triple Step Back Turn Close	Sur place En avant Tour à D
Section 4 1 – 2 & 3 – 4 5 & 6 7 – 8	Side-Hold, And-Side Rock-Recover, Behind-Side-Cross, Side Rock-Recover PG à G (ou Stomp). Pause. Assembler PD au PG. Rock Step PG à G. Revenir sur PD. Croiser PG derrière PD. PD à D. Croiser PG devant PD. Rock Step PD à D. Revenir sur PG et faire un Flick en pliant jambe D derrière la G.	Side Hold Close Rock Step Heel & Walk Walk	Gauche En avant
PARTIE B			
Section 1 1 – 2 3 – 4 5 & 6 7 & 8	Commence toujours face à 9h00 et se termine face à 12h00. Out-Hold, Out-Hold, Right And Left Shuffle Back PD en avant et à l'extérieur. Pause. PG en avant et à l'extérieur. Pause. Orienter le corps vers la D et faire un Triple Step arrière : PD en arrière. Assembler PG au PD. PD en arrière. Orienter le corps vers la G et faire un Triple Step arrière : PG en arrière. Assembler PD au PG. PG en arrière.	Out Hold Out Hold Back Triple Back Triple	En avant Sur place En arrière
Section 2 1 – 2 3 – 4 5 – 6 7 – 8	Jump Back-Hold, Jump Back-Hold, Right And Left Toe Struts Petit saut en arrière sur les 2 pieds. Pause. Petit saut en arrière sur les 2 pieds (finir en appui PG). Pause. Alternative sur 1 – 4 : PD en arrière. Pause. PG en arrière. Pause. Poser plante PD en avant. Poser talon D et prendre appui. Poser plante PG en avant. Poser talon G et prendre appui.	Jump Hold Jump Hold Toe Strut Toe Strut	En arrière En avant
Section 3 1 – 2 3 – 4 5 & 6 7 & 8	Out-Hold, Out-Hold, Right And Left Shuffle Back (Idem Section 1) PD en avant et à l'extérieur. Pause. PG en avant et à l'extérieur. Pause. Orienter le corps vers la D et faire un Triple Step arrière : PD en arrière. Assembler PG au PD. PD en arrière. Orienter le corps vers la G et faire un Triple Step arrière : PG en arrière. Assembler PD au PG. PG en arrière.	Out Hold Out Hold Back Triple Back Triple	En avant Sur place En arrière
Section 4 1 – 2 3 – 4 5 – 6 7 – 8	Jump Back-Hold, Jump Back-Hold, Forward Toe Strut, ¼ Turn Toe Strut Petit saut en arrière sur les 2 pieds. Pause. Petit saut en arrière sur les 2 pieds (finir en appui PG). Pause. Alternative sur 1 – 4 : PD en arrière. Pause. PG en arrière. Pause. Poser plante PD en avant. Poser talon D et prendre appui. 1/4 tour à D en posant plante PG en arrière. Poser talon G et prendre appui.	Jump Hold Jump Hold Toe Strut Turn Strut	En arrière En avant Tour à D

Chorégraphiée par: Rep Ghazali (UK) - (Juin 2010)

Chorégraphiée sur: "Jump Into My Bed" par Lou Bega – CD : Free Again (intro de 32 temps, démarrer sur les paroles).

Phrasé: A, A, A, B, A, A, A, B, A, A, B – La Partie B commence toujours face à 9h00 et se termine face à 12h00.