

# Grow Up ! (fr)

拍数: 48      墙数: 4      级数: Intermédiaire facile  
编舞者: Roy Verdonk (NL), Sebastiaan Holtland (NL) & José Miguel Belloque Vane (NL) -  
Octobre 2016  
音乐: Grow Up - Olly Murs



Intro : 16 temps après le chant ( environ 11 secondes)

## Part I. [1-8] Side, Sailor Step, Cross, Side, Touch Together, Point, ¼ Sailor Turn R.

1,2&3      PD côté D, PG derrière PD, PD côté D, PG côté G □ □ 4 □ □ Cross PD devant PG  
5&6      PG côté G, touch/pointe PD à côté du PG, touch/pointe PD côté D  
7&8      PD derrière PG, ¼ de tour à D (3.00) et PG côté G, PD avant

## [Part II]. [9-16] Cross Mambo Step with ¼ Turn L, Small Side Lunge L, Full Rolling Vine R, Syncopated Rock Steps in place (Diag), Recover, Side Rock & Cross.

1&2      Cross PG devant PD, revenir sur PD, ¼ de tour à G ( 12.00) et lunge PG côté G  
3&4      ¼ de tour à D (3.00) et PD avant, ½ tour à D (9.00) et PG arrière, ¼ de tour à D (12.00) et  
PD côté D 5&6 & □ □ Rock PG avant sur le diagonale D, revenir sur PD, revenir sur PG,  
revenir sur PD  
7&8 &      Revenir sur PG, face à 12.00 et PD côté D, revenir sur PG, cross PD devant PG

## Part III. [17-24] Side, Cross, ¼ Turn R, Back, Side, Cross, Out, Out, Chasse R.

1-2      PG côté G, cross PD devant PG  
3&4      ¼ de tour à D (3.00) et PG arrière, PD côté D, cross PG devant PD  
5-6      PD côté D ( out), PG côté G ( out ) (option: hip moves).  
7&8      PD côté D, PG à côté du PD, PD côté D

## PART IV. [25-32] Press, Sweep L with ¼ Turn L, Sailor Step L, Syncopated Lock Steps Fwd, Side Rock / Recover.

1-2      Press PG avant, 1/4 de tour à G (12.00) et revenir sur PD et sweep du PG d'avant vers  
l'arrière  
3&4      PG derrière PD, PD côté D, PG avant  
5&6 &      Lock PD derrière PG, PG avant, lock PD derrière PG, PG avant,  
7&8 &      Lock PD derrière PG, PG avant, rock PD côté D, revenir sur PG □ .

## Part V. [33-40] Cross, Side, Sailor Step R, Cross, ¼ Turn L, Back, ½ Turn L, Fwd, ½ Turn L, Back, ¼ Turn L, Side.

1-2      Cross PD devant PG, PG côté G  
3&4      PD derrière PG, PG côté G, PD côté D  
5-6      Cross PG devant PD, ¼ de tour à G (9.00) et PD arrière  
7&8      ½ tour à G(3.00) et PG avant, ½ tour à G (9.00) et PD arrière, ¼ de tour à G (6.00) et PG  
côté G

## Part VI. [41-48] Cross, Side, Sailor Step R, Syncopated Weave R with ¼ Turn R, Side Rock / Recover, Cross.

1-2      Cross PD devant PG, PG côté G  
3&4      PD derrière PG, PG côté G, PD côté D  
5&6 &      Cross PG devant PD, PD côté D, PG derrière PD, 1/4 de tour à D (9.00) et PD légèrement en  
avant  
7&8      Rock PG côté G, revenir sur PD, cross PG devant PD.

Recommencez et Amusez-vous !

