

# Up ! Hold On ! (fr)

拍数: 32      墙数: 4      级数: Novice  
编舞者: Chrystel Arréou (FR), Isabelle Dréau (FR) & Sylvie Tortuyaux-Villemaux (FR) -  
Novembre 2022  
音乐: Up (feat. Demi Lovato) - Olly Murs



Intro : 16 comptes

## SIDE, BEHIND, HEEL JACK, ¼ TURN R x 2, TRIPLE STEP FWD

1-2            PD à D, Croise PG derrière PD  
&3&4        Petit pas PD derrière Talon G devant, Ramène PG, Croise PD devant PG  
5-6            ¼ tour à D et PG derrière, ¼ tour à D et PD devant 6h  
7&8            PG devant, Assemble PD à côté du PG, PG devant

## SIDE ROCK, SAILOR STEP WITH ¼ TURN R, STEP, ½ TURN R, TRIPLE ½ TURN R

1-2            PD à D, Retour sur PG  
3&4            Croise PD derrière PG, ¼ tour à D et PG à G, PD à D 9h  
5-6            Marche PG, ½ tour à D 3h  
7&8            ¼ tour à D et PG derrière, Assemble PD à côté du PG, ¼ tour à D et PG derrière 9h

## BACK ROCK WITH JUMP, KICK BALL STEP, STOMP, KICK, COASTER STEP

1-2            PD derrière avec petit saut, Retour sur PG  
3&4            Kick PD, Repose PD, PG devant  
5-6            Stomp PD à côté du PG, Kick PD  
7&8            PD derrière, Assemble PG à côté du PD, PD devant

## UNWIND ¼ TURN L, VAUDEVILLE, CROSS, SIDE, SAILOR STEP WITH ¼ TURN L

1-2            Pointe PG derrière PD, ¼ tour à G et pose PG 6h  
3&4&        Croise PD devant PG, Pose PG à coté PD, Talon PD diagonale D, PD derrière  
5-6            Croise PG devant PD, PD à D  
7&8            ¼ tour à G et PG derrière, PD à D, PG à G 3h

Tag 1 : Fin du 2 ème (face 6h) et du 6ème mur (face 12h), ajouter 8 comptes :

## SIDE, HOOK, ¼ TURN R, HOOK, SIDE ROCK, BACK ROCK

1-2            PD à D, Hook PG derrière  
3-4            ¼ tour à D et PG derrière, Hook PD devant  
5-6            PD à D, Retour sur PG  
7-8            PD derrière, Retour sur PG

Tag 2 : Fin du 4ème mur (face 3h), ajouter 4 comptes :

## SIDE, HOOK, ¼ TURN R, HOOK

1-2            PD à D, Hook PG derrière  
3-4            ¼ tour à D et PG derrière, Hook PD devant

Chorégraphie créée pour Paloma