

# She Keeps Me Up (fr)

拍數: 64      牆數: 4      級數: intermédiaire  
編舞者: Josée Rotella (CAN) - Avril 2015  
音樂: She Keeps Me Up - Nickelback



## Intro: 16 comptes

### [1 – 8] □ □ (Rocking chair, Walk, Walk) X 2

1 &      Rock du PD devant – Retour sur PG  
2 &      Rock du PD derrière – Retour sur PG  
3 – 4      PD devant – PG devant  
5 &      Rock du PD devant – Retour sur PG  
6 &      Rock du PD derrière – Retour sur PG  
7 – 8      PD devant – PG devant

### [9 – 16] □ □ Rock step, Shuffle $\frac{3}{4}$ turn, Walk, Walk, Kick ball step

1 – 2      Rock du PD devant – Retour sur PG  
3 & 4      Shuffle PD, PG, PD,  $\frac{3}{4}$  de tour à droite  
5 – 6      PG devant – PD devant  
7 & 8      Kick du PG devant – PG à côté du PD – PD à côté du PG

### [17 – 24] □ □ Side rock step, Sailor step with $\frac{1}{4}$ turn, Walk, Walk, Side mambo

1 – 2      Rock du PG à gauche – Retour sur PD  
3 & 4      Croiser PG derrière PD – PD à droite –  $\frac{1}{4}$  de tour à gauche et PG devant  
5 – 6      PD devant – PG devant  
7 & 8      Rock du PD à droite – Retour sur PG – PD à côté du PG

### [25 – 32] □ □ (Rock step, Coaster step) X 2

1 – 2      Rock du PG devant – Retour sur PD  
3 & 4      PG derrière – PD à côté du PG – PG devant  
5 – 6      Rock du PD devant – Retour sur PG  
7 & 8      PD derrière – PG à côté du PD – PD devant

### [33 – 40] □ □ Vine to left, Triple step, Step with $\frac{1}{4}$ turn, Slide, Kick ball change

1 - 2      PG à gauche – Croiser PD derrière PG  
3 & 4      PG sur place – PD sur place – PG gauche sur place  
5 – 6       $\frac{1}{4}$  de tour à droite et PD devant – Glisser PG vers PD et remettre le poids dessus  
7 & 8      Kick du PD devant – PD à côté du PG – PG à côté du PD

### [41 – 48] □ □ (Step and hip bumps, Shuffle fwd) X 2

1 – 2      PD devant, coup de hanches devant – coup de hanches derrière  
3 & 4      Shuffle PD, PG, PD, en avançant  
5 – 6      PG devant, coup de hanches devant – coup de hanches derrière  
7 & 8      Shuffle PG, PD, PG, en avançant

## REPRISE : à ce point-ci de la danse

### [49 – 56] □ □ (Side rock step, Behind, Side, Cross) X 2

1 – 2      Rock du PD à droite – Retour sur PG  
3 & 4      Croiser PD derrière PG – PG à gauche – Croiser PD devant PG  
5 – 6      Rock du PG à gauche – Retour sur PD  
7 & 8      Croiser PG derrière PD – PD à droite – Croiser PG devant PD

### [57 – 64] □ □ Rock step, Shuffle backward, Slow coaster step, Hold

1 – 2            Rock du PD devant – Retour sur PG  
3 & 4           Shuffle PD, PG, PD, en reculant  
5 – 6            PG derrière – PD à côté du PG  
7 – 8            PG devant – Pause

**\* Restart après la 4e routine**

Contact : [purecountry.dd@hotmail.com](mailto:purecountry.dd@hotmail.com)

---