

# Stand Up (fr)

COPPERKNOB  
STEPSHEETS

拍數: 32      牆數: 4      級數: Beginner  
編舞者: Sophie Ruhling (FR) - Novembre 2018  
音樂: Stand Up (feat. Chris Carmack) - Nashville Cast



#8 count intro - CW

## #2 RESTART 1 ENDING 3 VARIATIONS

Danse écrite pour le Salon Country Western 2-3 février 2019 Le Mans France  
Dance choreographed for the Country Western Festival Le Mans France Feb 2019

### SECT.1 : CROSS TRIPLE R OVER L TO L SIDE, ROCK STEP L SIDE 1/4 TURN R, TRIPLE STEP L FWD, MILITARY 1/4 TURN L

1&2      croiser PD devant PG, poser PG à G, croiser PD devant PG  
3-4      rock step PG à G, revenir sur PD avec 1/4 tour D (3h)  
5&6      avancer PG, avancer PD près de PG, avancer PG  
7-8      avancer PD, pivoter 1/4 tour G (pdc PG) (12h)

\*restart ici mur/wall 5 à 12h

\*final ici mur/wall 15 à 6h : sur comptes 7-8 faire 1/2 step turn G au lieu du military turn (ENDING HERE: COUNTS 7-8: DO STEP 1/2 TURN L INSTEAD OF THE MILITARY TURN)

### SECT.2 : R HEEL BALL STEP X2, MONTEREY 1/4 TURN R

1&2      poser talon PD devant, poser plante PD au centre, avancer légèrement PG  
3&4      poser talon PD devant, poser plante PD au centre, avancer légèrement PG  
5-6      pointer PD à D, pivoter 1/4 tour D sur plante PG et poser PD au centre (3h)  
7-8      pointer PG à G, poser PG au centre

\*restart ici mur/wall 2 à 6h

### SECT.3 : OUT R, OUT L, HOLD X2 (SNAP R HAND AND L HAND), SAILOR STEP R, SAILOR STEP L

1-2      avancer PD légèrement diagonale D, avancer PG légèrement diagonale G  
3-4      hold X2 (snap main D puis snap main G)

\*variante : murs 4-8-12 ("put your hands up") : sur les comptes 1-2 lever bras D puis bras G ; sur 3-4 frapper 2 fois dans les mains au-dessus de la tête (VARIATION: WALLS 4-8-12: PUT YOUR R HAND UP (1) PUT YOUR L HAND UP (2) CLAP BOTH HANDS TWICE (3-4))

5&6      croiser PD derrière PG, poser PG à G, poser PD à D  
7&8      croiser PG derrière PD, poser PD à D, poser PG à G

### SECT.4 : TRIPLE STEP R BACK, ROCK STEP L BACK, TRIPLE STEP L FWD, ROCK STEP R SIDE

1&2      reculer PD, reculer PG près de PD, reculer PD  
3-4      rock step PG arrière, revenir sur PD  
5&6      avancer PG, avancer PD près de PG, avancer PG  
7-8      rock step PD à D, revenir sur PG au centre

Association Loi 1901 (N° W953006406)  
[www.countryonfire.com](http://www.countryonfire.com)