

# Get Out Of The Mud (fr)

**COPPERKNOB**  
STEPSHETS

拍數: 32      牆數: 4      級數: Novice  
編舞者: Sylvie DENISOT (FR) - Février 2021  
音樂: Get out of the Mud - Justine Blanchet



Démarrer la danse après 8 comptes.

## [1-8] WALK, WALK, MAMBO STEP FWD, BACK, BACK, ANCHOR STEP

1-2            PD devant, PG devant  
3&4           PD Rock step avant, retour du PDC sur PG, PD près du PG  
5-6           PG derrière, PD derrière  
7&8           PG derrière en 3ème position avec PDC, PDC sur PD sur place, PDC sur PG sur place  
\*\*\*MD

RESTART au mur 3 à 6H

## [9-16] TRIPLE STEP FWD, MAMBO SIDE L, MAMBO SIDE R, SAILOR STEP ¼ TURN L

1&2           PD devant, PG à côté PD en 3ème position, PD devant  
3&4           PG Rock step à gauche, retour du PDC sur PD, PG près PD  
5&6           PD Rock step à droite, retour du PDC sur PG, PD près PG  
7&8           Croiser PG derrière PD, ¼ de tour à G en posant PD à D, poser PG devant

RESTART et TAG au mur 7 à 6H

FINAL au mur 9 à 9H

## [17-24] ROCK STEP FWD, TRIPLE BACK, ROCK BACK, TRIPLE STEP

1-2           PD devant, retour du PDC sur PG \*\*\*MD  
3&4           PD derrière, PG à côté PD, PD derrière  
5-6           PG derrière, retour du PDG sur PD  
7&8           PG devant, PD à côté PG, PG devant

RESTART au mur 6 à 9H

## [25-32] OUT OUT IN CROSS, BACK LOCK BACK, COASTER STEP, STEP ½ TURN

&1&2          PD à droite, PG à gauche, PD au centre, croiser PG devant PD  
3&4           PD derrière, PG croisé devant PD, PD derrière  
5&6           Ball PG derrière, ball PD à côté PG, PG devant  
7-8           PD devant, ½ tour à G (3H)\*\*\*MD

TAG : 1-2 Side R, touch (PD à D, touch pointe G à côté PD)\*\*\*MD

3-4           Side L, touch (PG à G, touch pointe D à côté PG)\*\*\*MG

FINAL : Remplacer 5&6 par 5-6 PD Rock step à D, retour du PDC sur PG  
puis 7&8 par sailor step ¼ de tour à D pour finir à 12H PD devant\*\*\*MD

OPTION:\*\*\* Mettre la main droite(MD)ou la main gauche(MG)sur le chapeau

Contact: [sylvie.countrygirl@gmail.com](mailto:sylvie.countrygirl@gmail.com)