

# Back On My Feet (fr)

拍數: 64      牆數: 2      級數: Novice +  
編舞者: Isabelle Pasche & Laurence POUZOULLIC (FR) - Mai 2021  
音樂: Back on My Feet - Kimberose



Intro : 16 cptes 2 TAGS / 1 RESTART

## Section 1 : STEP FWD, POINT L TO L, SNAP, STEP FWD, POINT R TO R, SNAP, JAZZBOX CROSS

- 1-2 Poser PD devant - Pointer PG à G avec des snaps de chaque côté du corps
- 3-4 Poser PG devant - Pointer PD à D avec des snaps de chaque côté du corps
- 5-8 Croiser PD devant PG - Poser PG arrière - Poser PD à D - Croiser PG devant PD (12h00)

## Section 2 : SIDE ROCK, RECOVER, CROSS, HOLD, ¼ TURN R, ½ TURN R, ROCK FWD

- 1-2 Rock PD à D - Revenir appui sur PG
- 3-4 Croiser PD devant PG - Hold
- 5-6 Faire ¼ de tour à D avec PG arrière (3h00) - Faire ½ tour à D avec PD devant (9h00)
- 7-8 Rock PG devant - Revenir appui sur PD

## Section 3 : BACK, HOOK, STEP FWD, SCUFF, STEP LOCK STEP FWD, SCUFF

- 1-2 Poser PG arrière - Hook D devant la jambe G
- 3-4 Poser PD devant - Scuff PG
- 5-6 Poser PG devant - Lock PD derrière PG
- 7-8 Poser PG devant - Scuff PD

## Section 4 : STEP TURN STEP, HOLD, FULL TURN, ¼ TURN R, SIDE ROCK, RECOVER

- 1-2 Poser PD devant - Faire ½ tour à G avec PG devant (3h00)
- 3-4 Poser PD devant - Hold
- 5-6 Faire ½ tour à D avec PG arrière - Faire ½ tour à D avec PD devant (3h00)
- 7-8 Faire ¼ de tour à D tout en faisant un rock PG à G - Revenir appui sur PD (6h00)

\*RESTART: Au 3ème mur à la fin de la 4ème section (32 cptes) face à 6h00, en changeant les comptes

\*7-8 par ¼ TURN R - TOUCH

\*7-8 Faire ¼ de tour à D avec PG à G - Touch PD à côté de PG

## Section 5 : CROSS TOE STRUT AND SNAP, BACK TOE STRUT AND SNAP, SIDE JUMP, TOUCH, ¼ TURN L JUMP, TOUCH

- 1-2 Croiser pointe PG devant PD - Abaisser le talon G avec des snaps
- 3-4 Poser pointe PD derrière - Abaisser le talon D avec des snaps
- 5-6 Petit saut PG à G - Touch PD à côté de PG avec des snaps
- 7-8 Faire ¼ de tour à G avec petit saut PD à D - Touch PG à côté de PD avec des snaps (3h00)

## Section 6 : ROCKING CHAIR, STEP FWD, ½ TURN R, JUMP, TOUCH

- 1-4 Rock PG devant - Revenir appui sur PD - Rock PG arrière - Revenir appui sur PD
- 5-6 Poser PG devant - Faire ½ tour à D avec PD devant (9h00)
- 7-8 Petit saut PG à G - Touch PD à côté de PG avec des snaps

## Section 7 : SIDE, TOUCH, SIDE, TOUCH, ROLLING VINE, BRUSH

- 1-2 Poser PD à D - Touch PG à côté de PD avec des snaps
- 3-4 Poser PG à G - Touch PD à côté de PG avec des snaps
- 5-8 Faire ¼ de tour à D avec PD devant - Faire ½ tour à D avec PG arrière - Faire ¼ de tour à D avec PD à D - Brush devant (9h00)

## Section 8 : JAZZBOX ¼ TURN L, TOUCH, OUT OUT - IN IN

- 1-4 Croiser PG devant PD - Faire  $\frac{1}{4}$  de tour à G avec PD arrière - Poser PG à G - Touch PD à côté de PG (6h00)
- 5-8 Poser PD à D en diagonale avant - Poser PG à G en diagonale avant - Ramener PD au centre - Ramener PG à côté de PD (pdc PG)

**TAG 1 de 16 cptes : A la fin du 1er mur face à 6h00**

**STEP FWD, HOLD & SNAP,  $\frac{1}{2}$  TURN L, HOLD & SNAP, STEP FWD, HOLD & SNAP,  $\frac{1}{2}$  TURN L, HOLD & SNAP**

- 1-2 Poser PD devant - Hold avec des snaps
- 3-4 Faire  $\frac{1}{2}$  tour à G (pdc PG) - Hold avec des snaps
- 5-6 Poser PD devant - Hold avec des snaps
- 7-8 Faire  $\frac{1}{2}$  tour à G (pdc PG) - Hold avec des snaps

**OUT, HOLD & SNAP, OUT, HOLD & SNAP, IN, HOLD & SNAP, IN, HOLD & SNAP**

- 1-2 Poser PD en diagonale D avant - Hold avec snaps
- 3-4 Poser PG en diagonale G avant - Hold avec snaps
- 5-6 Ramener PD - Hold avec des snaps
- 7-8 Ramener PG - Hold avec des snaps

**TAG 2 de 32 cptes : A la fin du 4ème mur (TAG 1 X2)**

**-REPEAT**

**Contacts:**

**Isabelle Pasche : [country.endoufielle@orange.fr](mailto:country.endoufielle@orange.fr)**

**Laurence Pouzoullic : [l.pouzoullic@gmail.com](mailto:l.pouzoullic@gmail.com)**

---