

# This Up (fr)

拍數: 64 牆數: 2 級數: Intermédiaire  
編舞者: Sophie Coudière (FR), Antonia Grangeon (FR), Thierry Grangeon (FR), Robert Sanchez & Bruno Penet (FR) - Janvier 2025  
音樂: Honky Tonk This Up - Coffey Anderson : (CD : Single)



## SECT 1 : ROCK BACK, STOMP UP X2, ROCK BACK, STOMP SIDE (R & L)

- 1-2 (en sautant) Reculer pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche
- 3-4 Frapper pied droit (sans le poser) 2 fois à côté du pied gauche
- 5-6 (en sautant) Reculer pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche
- 7-8 Frapper pied droit à droite, frapper pied gauche à gauche

## SECT 2 : HEEL FAN (R & L), HEEL FAN (R & L) ending FLICK, ¼ TURN R & ROCK FWD, ¼ TURN R & STEP FWD, SCUFF

- 1-2 Pivoter talon droite à gauche, retour talon droit au centre
- 3-4 Pivoter talon gauche à droite, retour talon gauche au centre en donnant un petit coup de pied droit en arrière
- 5-6 En pivotant ¼ de tour à droite avancer pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche (3 :00)
- 7-8 En pivotant ¼ de tour à droite avancer pied droit, petit coup de talon gauche à côté du pied droit (6 :00)

## SECT 3 : OUT – OUT, IN – TOUCH BACK, ½ TURN R & HEEL STRUT, STEP FWD, PIVOT ½ TURN R

- 1-2 Avancer pied gauche diagonale gauche, avancer pied droit diagonale droite (au même niveau)
- 3-4 Reculer pied gauche (au centre), toucher pointe pied droit en arrière
- 5-6 En pivotant ½ tour à droite avancer talon droit, reposer pointe pied droit (12 :00)
- 7-8 Avancer pied gauche, pivoter ½ tour à droite (poids du corps finit sur pied droit) (6 :00)

## SECT 4 : OUT – OUT, IN – IN, HEEL SPLIT, HEEL FAN ending HOOK & SLAP

- 1-2 Avancer pied gauche diagonale gauche, avancer pied droit diagonale droite (au même niveau)
- 3-4 Reculer pied gauche (au centre), assembler pied droit
- 5-6 Ecarter les talons, retour au centre
- 7-8 Ecarter talon droit à droite, plier jambe droite en arrière (en touchant le pied droit avec main gauche)

## SECT 5 : TOUCH SIDE / FWD / SIDE, HOOK BACK, ¼ TURN R & ROCK FWD, ¼ TURN R & STEP FWD, SCUFF

- 1-2 Toucher pointe pied droit à droite, toucher pointe pied droit devant
- 3-4 Toucher pointe pied droit à droite, plier jambe droite en arrière
- 5-6 En pivotant ¼ de tour à droite avancer pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied gauche (9 :00)
- 7-8 En pivotant ¼ de tour à droite avancer pied droit, petit coup de talon gauche à côté du pied droit (12 :00)

## SECT 6 : CROSS ROCK X2, STEP FWD, STOMP, SWIVET TO R

- 1-2 (en sautant et en reculant légèrement) Croiser pied gauche devant pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied droit
- 3-4 (en sautant et en reculant légèrement) Croiser pied gauche devant pied droit (Rock), retour poids du corps sur pied droit
- 5-6 Avancer pied gauche, frapper pied droit à côté du pied gauche

7-8 Pivoter pointe pied droit à droite et talon gauche à gauche (poids du corps sur talon droit et pointe pied gauche), retour au centre

**SECT 7 : VINE TO R ending ¼ TURN L, SCUFF, VINE TO L ending ¼ TURN L, SCUFF**

1-2 Ecart pied droit, croiser pied gauche derrière pied droit

3-4 En pivotant ¼ de tour à gauche reculer pied droit, petit coup de talon gauche à côté du pied droit (9 :00)

5-6 Ecart pied gauche, croiser pied droit derrière pied gauche

7-8 En pivotant ¼ de tour à gauche avancer pied gauche, petit coup de talon droit à côté du pied gauche (6 :00)

**SECT 8 : VINE TO R, SCUFF, LATERAL SCOOT TO L X 2, STEP SIDE, STOMP UP**

1-2 Ecart pied droit, croiser pied gauche derrière pied droit

3-4 Ecart pied droit, petit coup de talon gauche à côté du pied droit

5-6 Sauter 2 fois sur pied droit latéralement à gauche (en levant le genou gauche)

7-8 Ecart pied gauche, frapper pied droit (sans le poser) à côté du pied gauche

**REPEAT**

**TAG: Après le 1er et le 2ème mur, ajouter les pas suivants :**

**SECT : KICK FWD (R & L), FLICK, STOMP, SWIVEL TO R (TOE, HEEL), SWIVEL TO L (HEEL, TOE)**

1-2 Petit coup de pied droit vers l'avant, petit coup de pied gauche vers l'avant (en assemblant pied gauche)

3-4 Petit coup de pied droit en arrière (en assemblant pied gauche), frapper pied droit à côté du pied gauche

5-6 Pivoter pointe pied droit à droite, pivoter talon droit à droite

7-8 Pivoter talon droit à gauche, pivoter pointe pied gauche à gauche

**FINAL: Au 6ème mur, après la 4ème section ajouter le pas suivant :**

**STOMP SIDE**

1 Ecart pied droit en le frappant sur le sol

**Danse présentée le Samedi 11 Janvier 2025**

**Bal Organisée par le COMITE ANIMATION NONGLARD – 74330 Nonglard**

---