



HURRY UP, SLOW DOWN

FORMATION	: EN LIGNE
CYCLE	: 32 TEMPS
EXECUTION	: 4 MURS, 1 restart
NIVEAU	: DEBUTANT
MUSIQUES	: <i>"Hurry Up, Slow Down"</i> (Don Derby) – 2'42
CHORÉGRAPHE	: Séverine Fillion (Février 2013)
TRADUCTION	: Fred (Electric Coyote Gang © – L.D.A.)
DEPART	: Après Intro 32 temps

TEMPS	PAS	PIED
1 à 8	Toe Strut Forward (Right & Left), Rocking Chair,	
1 – 2	Poser plante PD devant, abaisser talon D au sol,	D,D,
3 – 4	Poser plante PG devant, abaisser talon G au sol,	G,G,
5 – 6	PD devant (avec PDC), retour PDC sur G,	D,G,
7 – 8	PD derrière (avec PDC), retour PDC sur G,	D,G,
9 à 16	Side, Cross Kick, Side, Cross Kick, Jazz Box ¼ Turn	
1 – 2	Poser PD à droite, Kick G en diagonale avant D (croisé devant jambe D),	D,G,
3 – 4	Poser PG à gauche, Kick D en diagonale avant G (croisé devant jambe G),	G,D,
5 – 6	Croiser PD devant PG, poser PG derrière,	D,G,
7 – 8	Poser PD à droite avec ¼ tour à droite, poser PG devant, <i>Restart ici au 3^{ème} mur (9:00)</i>	D,G,
17 à 24	Vine, Scuff, Vine, Scuff,	
1 – 2	PD à droite, croiser PG derrière PD,	D,G,
3 – 4	PD à droite, Scuff (brosser) PG à côté du PD,	D,G,
5 – 6	PG à gauche, croiser PD derrière PG,	G,D,
7 – 8	PG à gauche, Scuff (brosser) PD à côté du PG, <i>Variante pour 5à7 : Rolling vine à G : ¼ tour à G et PG devant, ½ tour à G et PD derrière, ¼ tour à G et PG à gauche</i>	G,D,
25 à 32	Stomp Out, Hold (Right & Left), Rolling Hips	
1 – 2	Stomp PD à droite, pause,	D, ,
3 – 4	Stomp PG à gauche, pause,	G, ,
5 à 8	Effectuer 2 tours complets avec les hanches (sens inverse des aiguilles d'une montre)	.
Restart	sur le 3ème mur après le compte 16 à 9 :00	

Dépêchez-vous de ralentir (c'est ce qui dit...) !