



# GET IN OR GET OUT



**Chorégraphes :** Maggie Gallagher (UK) (Septembre 2022)

**Musique :** "Get In Or Get Out" par Sarah Lake (C)

CW



**Description :** Novice+ – 32 Comptes, 4 murs

*(1 Restart Cpte 16\_3° mur, Tag 1 : fin 5° mur\_3h et fin 8° mur\_12h – Tag 2 Cpte 16\_9° mur à 3h et Restart)*

**You Tube:** <https://www.youtube.com/watch?v=xHhqVupk7dA>

**Démarrage à 8 Comptes sur les paroles.**

## S1 [1-8] STEP, KICK BALL CHANGE, WALK, ROCK, RECOVER, BACK SHUFFLE

1-2&3 Avancer PD, Kick PG devant, revenir sur ball PG, Poser PD devant

4-5-6 Avancer PG, Rock Step PD devant, Revenir pdc sur PG

7&8 Back Shuffle : Pas chassés en arrière (PD, PG, PD)

## S2 [9-16] 1/2 SHUFFLE, 1/4 SIDE ROCK, RECOVER, BEHIND SIDE CROSS, POINT, HOLD &

1&2 1/4 tour à G avec PG à G, Ramener PD près PG, 1/4 tour à G avec PG devant

(6:00)

3-4 1/4 tour à G avec Rock Step PD à D, Revenir pdc sur PG

(3:00)

5&6 Croiser PD derrière PG, Pas PG à G, Croiser PD devant PG

7-8& Pointer PG à gauche, HOLD, Ramener PG à côté PD (&)

**RESTART : ici à la fin du 3<sup>ème</sup> mur (qui commence à 6h... vous serez face à 9h) \***

**TAG 2 & RESTART: ici au 9<sup>ème</sup> mur (qui commence à 12h... vous serez face à 3h) \*\*\***

## S3 [17-24] ROCK, RECOVER, & HEEL & HEEL &, ROCK, RECOVER, 1/4 CHASSE L

1-2 Rock avant PD, Revenir pdc sur PG derrière

&3&4& Ramener PD près PG, Talon G devant, Ramener PG près PD, Talon D devant, Ramener PD près PG

5-6 Rock avant PG, Revenir pdc sur PD derrière

7&8 1/4 tour à gauche chassé latéral (PG, PD, PG)

(12:00)

## S4 [25-32] CROSS, 1/4, COASTER STEP, WALK, 1/2 SHUFFLE 1/2

1-2 Croiser PD devant PG, 1/4 tour à D avec PG derrière (avec appui PG)

(3:00)

3&4 Coaster: Reculer PD, Reculer PG près PD, Avancer PD

5-6 Avancer PD, 1/2 tour à G avec PD derrière (avec appui PD)

(9:00)

7&8 1/2 tour Shuffle à G (PG, PD, PG)

(3:00)

**TAG 1 :** à la fin du 5° mur à 3h et à la fin du 8° mur à 12h

**RESTART :** à la fin du 3° mur et au compte 16 \*

**TAG 1 :** à la fin du 5° mur à 3h et à la fin du 8° mur à 12h :

**ROCK, RECOVER, R COASTER STEP, ROCK, RECOVER, L COASTER STEP**

1-2 Rock avant PD, Revenir sur PG

3&4 Coaster step... Reculer PD, Reculer PG près PD, Avancer PD

5-6 Rock avant PG, Revenir sur PD

7&8 Coaster step.... Reculer PG, Reculer PD près PG, Avancer PG

**TAG 2 & RESTART :** au mur 9 (qui commence à 12h) au Compte 16 \*\*\* (vous serez à 3h) :

**STOMP PD, HOLD, STOMP PG, HOLD**

1-4 Stomp PD, Hold, Stomp PG, Hold

**REPRENDRE AU DEBUT AVEC LE SOURIRE !!!.. START AGAIN AND SMILE .. HAVE FUN & ENJOY !!!!**



Source CopperKnob – Traduction & Mise en page par Chris FREE DANCE COUNTRY – Reventin-Vaugris

Tél : 06 83 34 95 43 – Mail : [cballerand@gmail.com](mailto:cballerand@gmail.com) – Site : [www.freedancecountry.fr](http://www.freedancecountry.fr)