



MIND UP



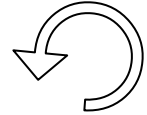
Chorégraphes : José Miguel Belloque Vane (Hollande) & Jean-Pierre Madge (Suisse) Mai 2018

Niveau : Avancé

Descriptif : Danse en ligne - 4 murs - 48 temps - 1 RESTART - Sens de rotation de la danse : CW

Musique : Hands Up Merk & Kremont, ft. DNCE

Introduction: Démarrer sur les paroles.



1-8 CROSS, KICK, JAZZ BOX, BIG STEP, TOGETHER, KICK BALL STEP.

1-2 CROSS PD devant PG (1) - KICK PG côté G en levant le bras G côté G et le bras D côté D (2)

3& JAZZ BOX G: CROSS PG devant PD (3) - pas PD arrière (&) ...

4&5-6 ... pas PG côté G (4) - pas PD avant (&) - grand pas PG avant en amenant index et majeur main D sous le menton (5) - pas PD à côté du PG ... avec vos doigts de la main D, pousser votre tête vers le haut (6)

7&8 KICK BALL STEP G: KICK PG avant (7) - pas BALL PG à côté du PD (&) - pas PD avant (8)

9-16 HEEL HEEL, POSE, COASTER STEP, STEP LOCK STEP STEP LOCK STEP KICK BALL.

&1-2 SWIVEL talon PG "IN" en faisant ¼ de tour à G 9H (&) - SWIVEL talon PD "OUT" en faisant ¼ de tour à G 6H (1) - pas PG à côté du PD en prenant une pause pour une photo de gangster (2)

3&4 COASTER STEP D: pas PD arrière (3) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD avant (4)

5&6 STEP LOCK STEP G avant: pas PG avant ↖ (5) - LOCK PD derrière PG (PD à G du PG) (&) - pas PG avant ↖ (6)

&7&8 STEP LOCK STEP D avant: pas PD avant ↗ (&) - LOCK PG derrière PD (PG à D du PD) (7) - pas PD avant ↗ (&)

8& KICK PG avant (8) - pas BALL PG à côté du PD (&)

17-24 CROSS, KICK, JAZZ BOX, BIG STEP, TOGETHER, KICK BALL STEP.

1-2 CROSS PD devant PG (1) - KICK PG côté G en levant le bras G côté G et le bras D côté D (2)

3& JAZZ BOX G: CROSS PG devant PD (3) - pas PD arrière (&) ...

4&5-6 ... pas PG côté G (4) - pas PD avant (&) - grand pas PG avant en amenant index et majeur main D sous le menton (5) - pas PD à côté du PG ... avec vos doigts de la main D, pousser votre tête vers le haut (6)

7&8 KICK BALL STEP G: KICK PG avant (7) - pas BALL PG à côté du PD (&) - pas PD avant (8)

25-32 HEEL HEEL, POSE, COASTER STEP, STEP LOCK STEP STEP LOCK STEP KICK BALL.

&1-2 SWIVEL talon PG "IN" en faisant ¼ de tour à G 3H (&) - SWIVEL talon PD "OUT" en faisant ¼ de tour à G 12H (1) - pas PG à côté du PD en prenant une pause (*photo de gangster : corps légèrement penché en arrière, bras croisés sur la poitrine*) (2)

3&4 COASTER STEP D: pas PD arrière (3) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD avant (4)

5&6 STEP LOCK STEP G avant: pas PG avant ↖ (5) - LOCK PD derrière PG (PD à G du PG) (&) - pas PG avant ↖ (6)

&7&8 STEP LOCK STEP D avant: pas PD avant ↗ (&) - LOCK PG derrière PD (PG à D du PD) (7) - pas PD avant ↗ (&)

8& KICK PG avant (8) - pas BALL PG à côté du PD (&)

Restart ici pendant le 5ème mur, vous serez alors face à 12H.

33-41 SIDE, SAILOR STEP LOCK ¼L STEP, ¼L OUT, ½L OUT, ¾ L AND CROSS AND CROSS AND CROSS

1 Pas PD côté D (1)

2&3 SAILOR STEP G: CROSS PG derrière PD (2) - petit pas PD côté D (&) - pas PG côté G (3)

&4 ¼ de tour à G ... LOCK PD derrière PG en faisant un HITCH genou G 9H (&) - pas PG avant (4)

5-6 ¼ de tour à G ... pas PD côté D 6H (5) - ½ de tour à G ... pas PG côté G 12H (6)

&7&8&1 ¼ de tour à G ... pas PD sur place 9H (&) - CROSS PG devant PD (7) - ¼ de tour à G ... pas PD sur place 6H (&) - CROSS PG devant PD (8) - ¼ de tour à G ... pas PD sur place 3H (&) - CROSS PG devant PD (1)

42-48 HOLD, AND LOCK, OUT-OUT AND CROSS, STOMP, HOLD, TOE HEEL HITCH.

2&3 HOLD (2) - pas PD côté D (&) - LOCK PG derrière PD (3)

&4 Pas BALL PD côté D "OUT" (&) - pas BALL PG côté G "OUT" (*pieds APART*) (4)

&5-6 Pas BALL PD à côté du PG (&) - CROSS PG devant PD (5) - STOMP PD côté D (6)

7&8& HOLD (7) - SWIVEL pointe PD "IN" (&) - SWIVEL talon PD "IN" (8) - HITCH genou D (&)

Restart après 32 temps pendant le 5ème mur, vous serez face à 12H pour reprendre la danse au début.

Source: Copperknob. **Traduction et mise en page :** HAPPY DANCE TOGETHER Juin 2018

<https://youtu.be/hmDIIIqusvA>

Bellegarde-en-Forez 42210 lenid.baroin@wanadoo.fr <http://www.happy-dance-together.com/>

Se reporter impérativement à la fiche originale du chorégraphe qui seule fait foi.