

SETTLE DOWN

Chorégraphe : Syndie Berger

Type : Danse en Ligne, 80 Temps, 4 Murs,

Difficulté : Int / Avancée

Musique : *Settle Down* par The McClymonts, **180 Bpm**, (CD : Chaos And Bright Lights)

Note Départ : 32 temps sur *Settle Down* par The McClymonts

Comptes	Description	Suggestion Calling	Direction Sens
Section 1	HEEL ROCK, RECOVER, HEEL ROCK ¼ TURN, RECOVER, ROCK BACK, STOMP TWICE		
1-2	Pas PD en Av sur Talon PD, Revenir PdC sur PG en Ar,	Heel Rock	Sur place
3-4	Pas PD en Av sur Talon PD et ¼ t à D, Revenir PdC sur PG en Ar,	Heel ¼ Turn	¼ D (3h)
5-6	(en sautant) , Pas PD en Ar et Lancer Pointe PG vers l'Av, Revenir PdC sur PG en Av,	Jump Back Rock	Sur place
7-8	Frapper PD en Av, Frapper PG à côté PD,	Stomp Stomp	
Section 2	CROSS ROCK & HOOK, KICK, KICK, CROSS ROCK & HOOK, STOMP SIDE, PIGEON TOED RIGHT		
1-2	(en sautant) , Croiser PD devant PG et Croiser PG derrière Jambe PD, Revenir PdC sur PG en Ar et Lancer Pointe PD vers l'Av,	Jump Cross Rock Back Kick	Sur place
3-4	(en sautant) , Pas PD à D et Lancer Pointe PG vers l'Av, Croiser PG devant PD et Croiser PD derrière Jambe G,	Jump Back Kick Cross Rock	
5	Frapper PD à D,	Stomp	
6-7-8	(en se déplaçant à D) , Tourner les pointes de pieds vers les extérieurs, Tourner Pointe PG à D et Talon PD à D, Tourner Talon PG à D et Tourner Pointe PD à D (PdC sur PD),	Pigeon Toes Right	D
Section 3	SLOW VAUDEVILLE LEFT, CROSS SIDE, KICK, STOMP UP		
1-2	Croiser PG devant PD, Pas PD à D,	Vaudeville	Sur place
3-4	Toucher Talon PG en diagonale Av G, Pas PG à G,		
5-6	Croiser PD devant PG, Pas PG à G,	Cross Side	
7-8	Lancer Pointe PD vers l'Av, Frapper PD à côté PG,	Kick Stamp	
Section 4	FLICK WITH ¼ TURN, STOMP UP, KICK FORWARD, STOMP UP, FLICK WITH ¼ TURN, STOMP UP, ROCK BACK		
1-2	Lancer PD vers diagonale Ar D avec ¼ t à D, Frapper PD à côté PG,	Flick Turn Stamp	¼ D (6h)
3-4	Lancer Pointe PD vers l'Av, Frapper PD à côté PG,	Kick Stamp	Sur place
5-6	Lancer PD vers diagonale Ar D avec ¼ t à D, Frapper PD à côté PG,	Flick Turn Stamp	¼ D (9h)
7-8	(en sautant) , Pas PD en Ar et Lancer Pointe PG vers l'Av, Revenir PdC sur PG en Av, Restart ici sur le 6^{ème} mur	Jump Back Rock	Sur place
Section 5	DIAGONALE STEP-LOCK-STEP, STOMP UP, DIAGNALE STEP BACK & STOMP UP TWICE		
1-2	Pas PD en diagonale Av D, Croiser PG derrière PD,	Step Lock	Av
3-4	Pas PD en diagonale Av D, Frapper PG légèrement en Ar PD,	Step Stamp	
5-6	Pas PG en diagonale Ar G, Frapper PD à côté PG,	Back Stamp	Ar
7-8	Pas PD en diagonale Ar D, Frapper PG à côté PD,	Back Stamp	
Section 6	DIAGONALE STEP-LOCK-STEP, STOMP UP, DIAGONALE STEP BACK & STOMP UP, HEEL, TOE TOUCH		
1-2	Pas PG en diagonale Av G, Croiser PD derrière PG,	Step Lock	Av
3-4	Pas PG en diagonale Av G, Frapper PD à côté PG,	Step Stamp	
5-6	Pas PD en diagonale Ar D, Frapper PG à côté PD,	Back Stamp	Ar
7-8	Toucher Talon PG en Av, Toucher Pointe PG en Ar,	Heel Toe	Sur place

Section 7	LEFT VINE, SCUFF, STEP ½ TURN TWICE		
1-2	Pas PG à G, Croiser PD derrière PG,	Left Vine	G
3-4	Pas PG à G, Frotter Talon PD vers l'Av,	Scuff	
5-6	Pas PD en Av, ½ t à G avec PdC sur PG en Av,	Step Turn	½ G (3h)
7-8	Pas PD en Av, ½ t à G avec PdC sur PG en Av,	Step Turn	½ G (9h)
Section 8	HEELS OUT-OUT FORWARD, BACK IN-IN, SWIVETS RIGHT & LEFT		
1-2	PdC sur Talon PD en diagonale Av D, PdC sur Talon PG à G,	Heel Out Out	Av
3-4	Revenir PD en Ar au centre, Pas PG à côté PD,	Back In In	Ar
5-6	Tourner Pointe PD à D et Talon PG à G, Revenir au centre,	Right Swivet	Sur place
7-8	Tourner Talon PD à D et Pointe PG à G, Revenir au centre, Restart ici sur le 7^{ème} mur	Left Swivet	
Section 9	CROSS ROCKIN CHAIR WITH HOOK & FLICK TWICE		
1-2	(en sautant) , Croiser PD devant PG et Croiser PG derrière Jambe PD, Revenir PdC sur PG en Ar et Lancer Pointe PD vers l'Av,	Jump Rockin Chair	Sur place
3-4	(en sautant) , Pas PD en Ar et Lancer Pointe PG vers l'Av, Revenir PdC sur PG en Av,		
5-6	(en sautant) , Croiser PD devant PG et Croiser PG derrière Jambe PD, Revenir PdC sur PG en Ar et Lancer Pointe PD vers l'Av,		
7-8	(en sautant) , Pas PD en Ar et Lancer Pointe PG vers l'Av, Revenir PdC sur PG en Av, Restart ici sur le 4^{ème} mur		
Section 10	CROSS ROCK & HOOK, KICK, KICK, CROSS ROCK & HOOK, KICK, FLICK, STOMP UP TWICE		
1-2	(en sautant) , Croiser PD devant PG et Croiser PG derrière Jambe PD, Revenir PdC sur PG en Ar et Lancer Pointe PD vers l'Av,	Jump Cross Rock	Sur place
3-4	(en sautant) , Pas PD à D et Lancer Pointe PG vers l'Av, Croiser PG devant PD et Croiser PD derrière Jambe G,	Side Kick	
5-6	(en sautant) , Revenir PdC sur PD en Ar et Lancer Pointe PG vers l'Av, Pas PG à G et Lancer PD en Ar,	Cross Rock	
7-8	Frapper PD à D, 2 fois (PdC sur PG),	Side Flick	
TAG	A la fin du 3^{ème} mur, refaire les sections 9 & 10, 1 fois A la fin du 5^{ème} mur, refaire les sections 9 & 10, 1 fois A la fin du 8^{ème} mur, refaire les sections 9 & 10, 3 fois		
Restart	Sur le 4^{ème} mur, à la fin de la section 9, reprendre la danse au début Sur le 6^{ème} mur, à la fin de la section 4, reprendre la danse au début Sur le 7^{ème} mur, à la fin de la section 8, reprendre la danse au début		
Ending	A la fin du 8^{ème} mur et après le TAG (3 fois les sections 9 & 10), terminer par Frapper PD en Av (12h)		

Recommencer en gardant votre sourire

Si vous constatez une erreur, je vous remercie de le signaler à l'adresse mail ci-dessous