



FILL IT UP

CHOREGRAPHE :

Nathalie LEPRETRE

TYPE :

COUNTRY

NIVEAU :

Débutant +/Novice facile

2 murs – 1 tag – 2 restarts

MUSIQUE :

«FILL IT UP» de Amber LAWRENCE

INTRO :

Départ après 4 comptes (sur les paroles)

DEPART :

Appui gauche

DATE :

23/11/2024

1^{ère} Section :

FWD WALK ; WALK ; ROCKING CHAIR ; WALK ; WALK ; ROCKING CHAIR

1 - 2 : Marche PD ; marche PG

3&4& : PD en avant ; revenir PdC PG ; PD en arrière ; revenir PdC PG

5 - 6 : Marche PD ; marche PG

7&8& : PD en avant ; revenir PdC PG ; PD en arrière ; revenir PdC PG

RESTART ICI AUX MURS 2 ET 5

2^{ème} Section :

SWAY ; SHUFFLE SIDE R ; ¼ TURN R ; SWAY ; SHUFFLE SIDE L

1 - 2 : Poser PD à D et balancer de D à G

3&4 : Pas chassé à D

5 - 6 : ¼ tr vers D ; poser PG à G et balancer de G à D

7&8 : Pas chassé à G

3^{ème} Section :

HEEL (R&L) ; HEEL; HOOK ; HEEL ; FLICK ; SHUFFLE Fwd R ; ¼ TURN SHUFFLE Fwd L

1&2& : Talon PD en avant ; revenir PdC PD ; talon PG en avant ; revenir PdC PG

3&4& : Talon PD en avant ; croiser talon PD devant tibia PG ; talon PD en avant ; coup de pied arrière PD

5& 6 : Pas chassé PD en avant .

7&8 : ¼ tr pas chassé PG en avant

4^{ème} Section :

JAZZ BOX ¼ TURN x 2

1-2 : Croiser PD devant PG ; PG en arrière

3-4 : PD en avant en faisant ¼ tr D ; PG à côté PD

5-6 : Croiser PD devant PG ; PG en arrière

7-8 : PD en avant en faisant ¼ tr D ; PG à côté PD

ICI AU MUR 3 : TAG

RESTARTS : Murs 2 et 5 après 8 comptes

TAG de 4 comptes à la fin du Mur 3 : Out Out In In

Recommencer en gardant le sourire