



DIG YOUR HEELS

Chorégraphe : Maddison GLOVER - Kiama , New South Wales - AUSTRALIE / Octobre 2016

PHRASÉE LINE Dance : 4 murs

Niveau : intermédiaire

Séquence : **16 temps intro, A, B, A A A A, B, A A A, TAG, TAG &, A A, TAG**

Musique : **Here's to you & I - The McCLYMONTS - BPM 126 / Polka**

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 3 / 2017

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 16 temps

PART A

KICK FRONT, SIDE, SAILOR, KICK FRONT, SIDE, 1/4 COASTER

- 1.2 KICK PD avant - KICK PD côté D
- 3&4 *SAILOR STEP D* : CROSS BALL PD derrière PG - pas BALL PG côté G - pas PD côté D
- 5.6 KICK PG avant - KICK PG côté G
- 7&8 *COASTER STEP G* : reculer BALL PG - 1/4 de tour G... pas reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant - **9 : 00 -**

SHUFFLE FORWARD TWICE, ROCK/REPLACE, FULL TURN TRAVELING BACK

- 1&2 *TRIPLE STEP D avant* : pas PD avant - pas PG à côté du PD - pas PD avant
- 3&4 *TRIPLE STEP G avant* : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant
- 5.6 ROCK STEP D avant, revenir sur PG arrière
- 7.8 *FULL TURN D* : 1/2 tour D.... pas PD avant - 1/2 tour D.... pas PG arrière - **9 : 00 -**

1/4 SIDE SHUFFLE, CROSS, BACK, SIDE SHUFFLE BACK ON DIAGONAL, CROSS, SIDE

- 1&2 1/4 de tour D... *TRIPLE STEP D latéral* : pas PD côté D - pas PG à côté du PD - pas PD côté D (épaulé D ↗) - **12 : 00 -**
- 3.4 CROSS PG devant PD - pas PD sur diagonale arrière D ↘
- 5&6 1/8 de tour G... *TRIPLE STEP G latéral* : pas PG côté G - pas PD à côté du PG - pas PG côté G - **10 : 30 -**
- 7.8 CROSS PD devant PG - 1/8 de tour D.... pas PG côté G - **12 : 00 -**

SAILOR, TURNING COASTER, POINT FORWARD, 1/2 FLICK, WALK FORWARD TWICE

- 1&2 *SAILOR STEP D* : CROSS BALL PD derrière PG - pas BALL PG côté G - pas PD côté D
- 3&4 *COASTER STEP G* : reculer BALL PG - 1/4 de tour G... pas reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant - **9 : 00 -**
- 5.6 TOUCH pointe PD avant - 1/2 tour G, sur BALL du PG.... FLICK PD arrière - **3 : 00 -**
- 7.8 *2 pas avant* : pas PD avant - pas PG avant

suite page 2 .. / ...

PART B

FORWARD (SWEEP), FRONT, SIDE, BEHIND (SWEEP), BEHIND, SIDE, CROSS, SIDE, ROCK, CROSS, 1/2 TURN

- 1 pas PD avant
SWEEP pointe PG en dedans (*d'arrière en avant*)
- 2&3 *WEAVE G vers D* : CROSS PG devant PD - pas PD côté D - CROSS PG derrière PD
SWEEP pointe PD en dehors (*d'avant en arrière*)
- 4&5 *WEAVE D vers G* : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG
- 6&7 ROCK STEP latéral *syncopé* G côté G , revenir sur PD côté D - CROSS PG devant PD
- 8& 1/4 de tour G pas PD arrière - 1/4 de tour G pas PG côté G - **9 : 00 -**

FORWARD (SWEEP), FRONT, SIDE, BEHIND (SWEEP), BEHIND, SIDE, CROSS, SIDE, ROCK, CROSS, 1/2 TURN

FORWARD (SWEEP), FRONT, SIDE, BEHIND (SWEEP), BEHIND, SIDE, CROSS, SIDE, ROCK, CROSS, 1/2 TURN

- 1 pas PD avant
SWEEP pointe PG en dedans (*d'arrière en avant*)
- 2&3 *WEAVE G vers D* : CROSS PG devant PD - pas PD côté D - CROSS PG derrière PD
SWEEP pointe PD en dehors (*d'avant en arrière*)
- 4&5 *WEAVE D vers G* : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG
- 6&7 ROCK STEP latéral *syncopé* G côté G , revenir sur PD côté D - CROSS PG devant PD
- 8& 1/4 de tour G pas PD arrière - 1/4 de tour G pas PG côté G - **3 : 00 -**

CROSS, BACK, SIDE, HOP FORWARD

- 1.2.3 *JAZZ BOX D* : CROSS PD par-dessus PG - pas PG arrière - pas PD côté D
- 4 JUMP en avant sur les 2 pieds

TAG : 16 temps

HEEL, HITCH, HEEL, TOGETHER, HEEL, HITCH, HEEL, TOGETHER, 1/2 TURN WALK AROUND

- 1&2 TOUCH talon D avant - HITCH genou D devant - TOUCH talon D avant
- & *SWITCH* : pas PD à côté du PG
- 3&4 TOUCH talon G avant - HITCH genou G devant - TOUCH talon G avant
- & *SWITCH* : pas PG à côté du PD
- 5 à 8 1/8 de tour G pas PG avant + **CLAP** - 1/4 de tour G pas PD avant + **CLAP**
.... 1/4 de tour G pas PG avant + **CLAP** - 1/8 de tour G pas PD avant + **CLAP** - **6 : 00 -**

BOX STEP, TRAVELING DWIGHT SWIVELS

- 1 à 4 *JAZZ BOX D* : CROSS PD par-dessus PG - pas PG arrière - pas PD côté D - CROSS PG devant PD
- 5 SWIVEL talon G à D ↘ TOUCH pointe PD "IN" à côté du PG
- 6 SWIVEL pointe PG à D ↗ TOUCH talon D sur diagonale avant D ↗
- 7 SWIVEL talon G à D ↘ TOUCH pointe PD "IN" à côté du PG
- 8 SWIVEL pointe PG à D ↗ TOUCH talon D sur diagonale avant D ↗

OPTION facile :

- 5.6 *SIDE-TOGETHER D latéral* : pas PD côté D - pas PG à côté du PD (*appui PG*)
- 7.8 *SIDE-TOGETHER D latéral* : pas PD côté D - pas PG à côté du PD (*appui PG*)

Lorsque vous faites TAG pour la 2^{ème} fois, répétez les numéros de 5 à 8 pour un nombre supplémentaire de 4 temps



Dig Your Heels

Choreographed by **Maddison GLOVER** (Australie) - November 2016

Maddison Glover : madpuggy@hotmail.com Website : <http://www.linedancewithillawarra.com>

Description : Phrased, 4 wall, Intermediate Line Dance

Sequence : 16 count intro, A, B, AAAA, B, AAA, Tag, Tag &, AA, Tag

Music : **Here's to you & I - The McCLYMONTS** / Album : Here's To You & I / iTunes / mazon.com

PART A

KICK FRONT, SIDE, SAILOR, KICK FRONT, SIDE, 1/4 COASTER

1-2-3&4 Kick right forward, kick right side, right sailor step

5-6-7&8 Kick left forward, kick left side, step left back, turn $\frac{1}{4}$ left and step right together, step left forward (9:00)

SHUFFLE FORWARD TWICE, ROCK/REPLACE, FULL TURN TRAVELING BACK

1&2-3&4 Chassé forward right-left-right, chassé forward left-right-left

5-6-7-8 Rock right forward, recover to left, turn $\frac{1}{2}$ right and step right forward, turn $\frac{1}{2}$ right and step left back (9:00)

1/4 SIDE SHUFFLE, CROSS, BACK, SIDE SHUFFLE BACK ON DIAGONAL, CROSS, SIDE

1&2 Turn $\frac{1}{4}$ right and chassé side right-left-right (angle body right) (12:00)

3-4 Cross left over, step right diagonally back

5&6 Turn $\frac{1}{8}$ left and chassé side left-right-left (10:30)

7-8 Cross right over, turn $\frac{1}{8}$ right and step left side (12:00)

SAILOR, TURNING COASTER, POINT FORWARD, 1/2 FLICK, WALK FORWARD TWICE

1&2 Right sailor step

3&4 Step left back, turn $\frac{1}{4}$ left and step right together, step left forward (9:00)

5-6 Touch right forward, turn $\frac{1}{2}$ left and flick right back (3:00)

7-8 Step right forward, step left forward

PART B

FORWARD (SWEEP), FRONT, SIDE, BEHIND (SWEEP), BEHIND, SIDE, CROSS, SIDE, ROCK, CROSS, 1/2 TURN

1-2& Step right forward, sweep/cross left over, step right side

3-4& Cross left behind, sweep/cross right behind, step left side

5-6& Cross right over, rock left side, recover to right

7-8& Cross left over, turn $\frac{1}{4}$ left and step right back, turn $\frac{1}{4}$ left and step left side (9:00)

FORWARD (SWEEP), FRONT, SIDE, BEHIND (SWEEP), BEHIND, SIDE, CROSS, SIDE, ROCK, CROSS, 1/2 TURN

1-2& Step right forward, sweep/cross left over, step right side

3-4& Cross left behind, sweep/cross right behind, step left side

5-6& Cross right over, rock left side, recover to right

7-8& Cross left over, turn $\frac{1}{4}$ left and step right back, turn $\frac{1}{4}$ left and step left side (3:00)

CROSS, BACK, SIDE, HOP FORWARD

1-2 Cross right over, step left back

3-4 Step right side, hop both feet forward

TAG : 16 temps

HEEL, HITCH, HEEL, TOGETHER, HEEL, HITCH, HEEL, TOGETHER, 1/2 TURN WALK AROUND

1&2& Touch right heel forward, hitch right, touch right heel forward, step right together

3&4& Touch left heel forward, hitch left, touch left heel forward, step left together

Clap on each step on counts 5-8

5 - 8 Turn $\frac{1}{8}$ left and step left forward, turn $\frac{1}{4}$ left and step right forward,

Turn $\frac{1}{4}$ left and step left forward, turn $\frac{1}{8}$ left and step right forward (6:00)

BOX STEP, TRAVELING DWIGHT SWIVELS

1-4 Cross right over, step left back, step right side, cross left over

5-6 Swivel left heel in and touch right together (toe turned in), swivel left toe in and touch right heel diagonally forward

7-8 Swivel left heel in and touch right together (toe turned in), swivel left toe in and touch right heel diagonally forward

Option for 5-8 : step right side, step left together, step right side, step left together

When completing the tag for the second time, repeat counts 5-8 for an extra 4 counts