

# Pick Her Up

COUNTRY DANCE TOUR



**Musique** **Pick Her Up** (Hot Country Knights feat. Travis TRITT) 166 bpm

**Intro** 16 temps (démarrer sur les paroles « So you finally got »)

**Chorégraphe** Darren BAILEY (juin 2020)

**Vidéos** Tutoriel et Démonstration sur <https://www.youtube.com/c/LillyWEST>

**Type** 2 murs, 64 temps, East Coast Swing rapide, Novice / Intermédiaire

**Particularités** 1 Restart

**Termes** **Heel Grind** (2 temps) : D + **1/4 tour** D : 1. Talon D avant + PdC sur D + Pointe D vers G, (&).(Sur Talon D) Pivoter 1/4 tour D + Pivoter Pointe D vers D, 2. Revenir sur G.

**Rock Step** (2 temps) : D : 1. Pas D dans la direction indiquée, 2. Remettre le Poids du Corps (PdC) sur G.

**Sweep** (1 temps) : la jambe libre, tendue, forme un arc de cercle autour de la jambe d'appui.

**Snap** (1 temps) : Claquer des doigts (une ou deux mains).

**Heel Bounce** (1 temps) : &.Soulever Talon(s) (les genoux se plient - ne soulevez pas le corps), (Poids du Corps sur Plantes) 1. Reposer les Talons au sol.

## **S1 : R Weave, R Side Toe, Cross, L Side Toe, Cross,**

1 – 2 – 3 – 4 Pas D à D, Croiser G derrière D, Pas D à D, Croiser G devant D, 12:00

5 – 6 – 7 – 8 Pointe D à D, Croiser D devant G, Pointe G à G, Croiser G devant D,

## **S2 : R 1/4 R Heel Grind, R Back Rock, R 1/4 R Heel Grind, R Back Rock,**

1 – 2 – 3 – 4 **Heel Grind D + 1/4 tour D** (1 - 2), **Rock Step D** arrière (3 - 4), 03:00

5 – 6 – 7 – 8 **Heel Grind D + 1/4 tour D** (5 - 6), **Rock Step D** arrière (7 - 8), 06:00

## **S3 : R Step & Clap, Sweep & Snaps, L Cross, R Side, L Behind & Clap, Sweep & Snaps, R Behind, L Side,**

1 – 2 Pas D avant + **Clap** (Claquer des mains), **Sweep** G d'arrière en avant + **Snap** MG bas & MD haut,

3 – 4 Croiser G devant D, Pas D à D,

5 – 6 Croiser G derrière D + **Clap**, **Sweep** D d'avant en arrière + **Snap** MD bas & MG haut,

7 – 8 Croiser D derrière G, Pas G à G,

## **S4 : R & L Stomps, R & L Swivets, R & L Stomps,**

1 – 2 **Stomp** D avant (Frapper Talon au sol + PdC D), **Stomp** G près de D,

3 – 4 (PdC Talon D & Plante G) Pivoter Pointe D à D & Talon G à G, Revenir à sa place précédente,

5 – 6 (PdC Talon G & Plante D) Pivoter Pointe G à G & Talon D à D, Revenir à sa place précédente,

7 – 8 **Stomp** D avant, **Stomp** G près de D,

## **S5 : R Rocking Chair, R Step 1/2 L Pivot, R Step 1/2 L Pivot,**

1 – 2 – 3 – 4 **Rock Step D** avant (1 - 2), **Rock Step D** arrière (3 - 4),

5 – 6 – 7 – 8 Pas D avant, Pivoter 1/2 tour G, Pas D avant, Pivoter 1/2 tour G, 12:00 puis 06:00

## **S6 : R Vine with Touch, L Side, Together, L Forward, Hold,**

1 – 2 – 3 – 4 **Vine D** (1.Pas D à D, 2.Croiser G derrière D, 3.Pas D à D), **Touch** G(4.Toucher plante G près D),

5 – 6 – 7 – 8 Pas G à G, Ramener D près de G, Pas G avant, Pause,

## **S7 : R Step 1/2 L Pivot, R Step, Hold, Walk L R L, Hold,**

1 – 2 – 3 – 4 Pas D avant, Pivoter 1/2 tour G, Pas D avant, Pause, 12:00

5 – 6 – 7 – 8 Pas G avant, Pas D avant, Pas G avant, Pause, (Option 5 - 6 : Tour Complet D),

**Particularité : RESTART** Sur le 5<sup>e</sup> mur (commencé face 12:00), reprenez la danse du début (face 12:00)

## **S8 : R Out, L Out, R In, L Cross, R Side, L Back Toe, Heel Bounces with 1/2 L.**

1 – 2 – 3 – 4 Petit Pas D à D (Out), Pas G à G (Out), Pied D revient place précédente (In), Croiser G devant D,

5 – 6 Pas D à D (5), Pointe G arrière (6),

7 – 8 **Heel Bounces** 2 fois en effectuant progressivement 1/2 tour G (Finir PdC G). 06:00

👑 Recommencez du début ... et gardez le sourire !! 👑