



# GET IN OR GET OUT

**Musique :** Get In or Get Out - Sarah Lake : (Amazon & iTunes)

**Chorégraphe :** Maggie Gallagher (UK) - Septembre 2022

**Description :** 32 comptes, 4 murs, 1 tag, 1 restart, 1 tag/restart

**Niveau :** Novice +

**Intro :** 1 x 8

## 1-8 STEP, KICK BALL CHANGE, WALK, ROCK, RECOVER, BACK SHUFFLE

- 1 PD devant
- 2&3 Kick PG devant, ball PG à côté du PD, PD devant
- 4 PG devant
- 5-6 Rock PD devant, reprendre appui sur PG
- 7&8 PD derrière, PG à côté PD, PD derrière

## 9-16 ½ SHUFFLE, ¼ SIDE ROCK, RECOVER, BEHIND SIDE CROSS, POINT, HOLD &

- 1&2 ¼ de tour à G et PG à G, PD à côté du PG, ¼ de tour à G et PG devant 6.00
- 3-4 ¼ de tour à G et rock PD à D, reprendre appui sur PG 3.00
- 5-6 Croiser PD derrière, PG à G, croiser PD devant
- 7-8& Pointe G à G, pause, ramener PG à côté PD

*\*Restart mur 3, \*\*Tag & Restart mur 9*

## 17-24 ROCK, RECOVER, & HEEL & HEEL &, ROCK, RECOVER, ¼ CHASSE L

- 1-2 Rock PD devant, reprendre appui sur PG
- &3 Ramener PD à côté PG, poser talon G devant,
- &4& Ramener PG à côté PD, poser talon D devant, ramener PD à côté PG
- 5-6 Rock PG devant, reprendre appui sur PD
- 7&8 ¼ de tour à G et PG à G, PD à côté PG, PG à G 12.00

## 25-32 CROSS, ¼, COASTER STEP, WALK, ½, SHUFFLE ½

- 1-2 Croiser PD devant PG, ¼ de tour à D et PG derrière 3.00
- 3&4 PD derrière, PG à côté PD, PD devant
- 5-6 PG devant, ½ tour à G et PD devant 9.00
- 7&8 ½ tour à G et PG devant, PD à côté PG, PG devant 3.00

*Option pour les comptes 6-7&8: marche PD devant, shuffle devant (GDG)*

**Restart :** au 3ème mur qui commence à 6.00, danser les 16 premiers comptes et reprendre la danse face à 9.00

**TAGS:** A la fin du 5ème mur face à 3.00 et du 8ème mur face à 12.00, rajouter les 8 comptes suivants

## ROCK, RECOVER, R COASTER STEP, ROCK, RECOVER, L COASTER STEP

- 1-2 Rock PD devant, reprendre appui sur PG
- 3&4 PD derrière, PG à côté PD, PD devant
- 5-6 Rock PG devant, reprendre appui sur PD
- 7&8 PG derrière, PD à côté PG, PG devant

**TAG & RESTART:** au 9ème mur qui commence à 12.00, danser les 16 premiers comptes, et ajouter les 4 comptes suivants face à 3.00 avant de reprendre la danse au début

## STOMP R, HOLD, STOMP L, HOLD

- 1-2 Stomp PD devant, pause
- 3-4 Stomp PG devant, pause

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

BARAIL RANCH 13 Chemin des barails 17610 SAINT SAUVANT CHARENTE-MARITIME FRANCE Tel:05 46 91 84 19

mail [barail.ranch@orange.fr](mailto:barail.ranch@orange.fr) site internet <http://www.barailranch.site-fr.fr/>