



<http://www.kickNscuff26.com>

FROM THE GROUND UP

CHOREGRAPHIE : Rachael McEnaney & Rob Fowler

TYPE : Line Dance, 96 comptes, 2 murs, Waltz, 2 restart

NIVEAU : Avancé

MUSIQUE : From The Ground Up (Dan & Shay)
4 minutes 14 environ

Intro : 48 comptes, commencer sur les paroles

Séquence: 96, 96, 24-Restart, 96, 96, 12-Restart, 96, 63-Final

[1 – 6] L FWD, R POINT, ¼ TURN R BACK R, L POINT

1, 2, 3 PG devant, Pointer PD à D, Pause

4, 5, 6 ¼ de tour à D + PD à D, Pointer PG à G, Pause

3h

[7 – 12] ¼ TURN L FWD L, ¼ TURN L SWEEPING R, R CROSS, L SIDE, R BEHIND

1, 2, 3 ¼ de tour à G + PG devant, ¼ de tour à G sur Ball G avec Sweep D d'arrière en avant, Pause en continuant le Sweep 9h

4, 5, 6 PD croisé devant PG, PG à G, PD croisé derrière PG

Restart ici pendant le 6ème mur en faisant ¼ de tour à G pour recommencer, Le 6ème mur commence face à 12h, Restart face à 6h

[13 – 18] BIG STEP L DRAGGING R, BIG STEP R DRAGGING L

1, 2, 3 Grand pas PG à G, Glisser PD vers PG, Pause en continuant de glisser le PD (appui sur PG)

9h

4, 5, 6 Grand pas PD à D, Glisser PG vers PD, Pause en continuant de glisser le PG (appui sur PD)

[19 – 24] L CROSS, ¼ TURN L BACK R, L BACK, R BACK, ½ TURN L FWD L, R FWD

1, 2, 3 PG croisé devant PD, ¼ de tour à G + PD derrière, PG derrière

6h

4, 5, 6 PD derrière, ½ tour à G + PG devant, PD devant

12h

Restart ici pendant le 3ème mur. Le 3ème mur commence face à 12h, Restart face à 12h

[25 – 30] L FWD BASIC, R BACK BASIC

1, 2, 3 PG devant, PD à côté du PG, PG sur place

4, 5, 6 PD derrière, PG à côté du PD, PD sur place

[31 – 36] L FWD, ½ PIVOT R, ½ TURN R STEPPING BACK L SWEEPING R

1, 2, 3 PG devant, ½ tour à D (rester en appui sur PG), transférer le poids du corps sur PD

6h

4, 5, 6 ½ tour à D + PG derrière (genou G plié légèrement) avec Sweep D d'avant en arrière, Pause en continuant le Sweep D

[37 – 42] R BEHIND, L SIDE ROCK, L BEHIND SWEEPING R

1, 2, 3 PD croisé derrière PG, Rock PG à G, revenir sur PD

12h

4, 5, 6 PG croisé derrière PD avec Sweep D d'avant en arrière, Pause en continuant le Sweep D sur 2 comptes

[43 – 48] R BEHIND, L SIDE, R CROSS, ¼ TURN L FWD L, ½ TURN L HITCHING R (FIGURE 4)

1, 2, 3 PD croisé derrière PG, PG à G, PD croisé devant PG

4, 5, 6 ¼ de tour à G + PG devant, ½ tour à G sur Ball G avec Hitch D

3h

(le PD est contre le mollet G avec genou D tourné vers l'extérieur comme une figure 4)

[49 – 54] R FWD, L KICK, HOLD, L COASTER

1, 2, 3 PD devant, lever la jambe G (ce n'est pas un Kick franc), Pause

3h

4, 5, 6 PG derrière, PD à côté du PG, PG devant

[55 – 60] WALK FWD R-L WITH SWEEPS (SLIGHTLY CROSSED)

1, 2, 3 PD devant (légèrement croisé devant PG) avec Sweep G d'arrière en avant, Pause en continuant le Sweep G
4, 5, 6 PG devant (légèrement croisé devant PD) avec Sweep D d'arrière en avant, Pause en continuant le Sweep D

[61 – 66] R FWD ROCK, ½ TURN R FWD R, ¼ TURN R SIDE L, ½ TURN R HITCHING R (2 COUNTS)

1, 2, 3 Rock PD devant, revenir sur PG, ½ tour à D + PD devant
4, 5, 6 ¼ de tour à D + PG à G, ½ tour à D sur Ball G avec Hitch genou D sur 2 comptes
(Essayez de faire les comptes 4 à 6 en un mouvement fluide)

9h
6h

[67 – 72] BIG STEP R DRAGGING L, BIG STEP L DRAGGING R

1, 2, 3 Grand pas PD à D, Glisser PG vers PD, Pause en continuant de glisser le PG (appui sur PD)
4, 5, 6 Grand pas PG à G, Glisser PD vers PG, Pause en continuant de glisser le PD (appui sur PG)

[73 – 78] DIAMOND FALLAWAY

1, 2, 3 1/8 de tour à G + PD devant, 1/8 de tour à D + PG à G, 1/8 de tour à D + PD derrière
4, 5, 6 PG derrière, 1/8 de tour à D + PD à D, 1/8 de tour à D + PG devant

7h30
10h30

[79 – 84] DIAMOND FALLAWAY CONTINUED, 1/8 TURN R DOING L COASTER

1, 2, 3 PD devant, 1/8 de tour à D + PG à G, 1/8 de tour à D + PD derrière
4, 5, 6 1/8 de tour à D + PG derrière, PD à côté du PG, PG devant

1h30
3h

[85 – 90] R FWD, POINT L, ¼ TURN L FWD L, ¼ TURN L ROCKING SIDE R, RECOVER L

1, 2, 3 PD devant, Pointer PG à G, Pause
4, 5, 6 ¼ de tour à G + PG devant, ¼ de tour à G + Rock PD à D, revenir sur PG

9h

[91 – 96] CROSS R SWEEPING L, L CROSS, R SIDE WITH DRAG. ¼ TURN L TO START AGAIN

1, 2, 3 PD croisé devant PG avec sweep G d'arrière en avant, Pause en continuant le sweep G, PG croisé devant PD
4, 5, 6 Grand pas PD à D, Glisser PG vers PD, Pause en continuant de glisser PG vers PD (appui sur PD)

Vous êtes maintenant face à 9h, faire ¼ de tour à G pour reprendre la danse face à 6h

Final: le dernier mur est le 8ème, il commence face à 12h. Danser jusqu'au 63ème compte (Rock ½ tour à D), puis faire ¼ de tour à D + Grand pas PG à G pour faire face à 12h

KEEP DANCING !!!!!