

AND GET IT ON



Chorégraphes : Daniel TREPAT - Rotterdam - HOLLANDE] Mars
José Miguel BELLOQUE-VANE - Den Haag - HOLLANDE] 2015
Atelier 3ACF - avec Catherine ANDRIN, Bourges 14 & 15 novembre 2015
LINE Dance : 32 temps - 4 murs
Niveau : intermédiaire
Musique : **Marvin Gaye - Charlie PUTH & Meghan TRAINOR - BPM 110**
Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 30 / 11 / 2015
Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 4 + 32 = 36 temps

SIDE, TOGETHER, TURN 1/8 RIGHT AND STEP FORWARD, CHA CHA RIGHT FORWARD, SYNCOPATED 1/2 DIAMOND

1.2.3 pas PG côté G - pas PD à côté du PG - **1/8 de tour D**.... pas PG avant - **1 : 30** -
4&5 SHUFFLE LOCK D avant : pas PD avant - **LOCK BALL** PG derrière PD - pas PD avant
6&7 pas PG avant - **1/8 de tour G**.... pas PD côté D - **1/8 de tour G**.... pas PG arrière - **10 : 30** -
8&1 pas PD arrière - **1/8 de tour G**.... pas PG côté G - **1/8 de tour G**.... pas PD avant - **7 : 30** -

STEP FORWARD, TURN 1/2 LEFT, CHA CHA BACK, ROCK STEP, CHA CHA FORWARD

2.3 pas PG avant - **1/2 tour G**.... pas PD arrière - **1 : 30** -
4&5 SHUFFLE LOCK G arrière : pas PG arrière - **LOCK BALL** PD devant PG - pas PG arrière
6.7 **ROCK STEP** D arrière, revenir sur PG avant
8&1 SHUFFLE LOCK D avant : pas PD avant - **LOCK BALL** PG derrière PD - pas PD avant

HOLD, EXTENDED CHA FORWARD, BALL LOCK, UNWIND 7/8 TURN RIGHT, SIDE TOUCH, HOLD

2& **HOLD** - **LOCK BALL** PG derrière PD
3&4 SHUFFLE LOCK D avant : pas PD avant - **LOCK** PG derrière PD - pas PD avant
&5.6 pas PG avant - **LOCK BALL** PD derrière PG - **UNWIND**.... **7/8 de tour D** (*appui PG*) - **12 : 00** -
&7.8 pas PD côté D - **TOUCH** pointe PG côté G - **HOLD**

TURN 1/4 LEFT, FLICK, STEP FORWARD, SPIRAL TURN LEFT,

STEP FORWARD, TURN 1/4 LEFT SIDE, TURN 1/8 LEFT, TOGETHER, HOLD, 3X HEEL BOUNCES AND TURN 1/8 LEFT

1.2 **1/4 de tour G**.... pas PG avant (*FLICK PD arrière*) - **CROSS** PD devant PG - **9 : 00** -
3 **FULL SPIRAL** vers G (*appui PD*) - **9 : 00** -
4&5 pas PG avant - **1/4 de tour G**.... pas PD côté D - **1/8 de tour G**.... pas PG à côté du PD - **4 : 30** -
6 **HOLD**
7&8 **1/8 de tour G**.... en faisant 3 **BOUNCES** - **3 : 00** -



And Get It On

Choreographed by **Daniel TREPAT** (NL) & **José Miguel BELLOQUE VANE** (NI) / March 2015

Description : 32 count, 4 wall, Intermediate Line Dance

Music : **Marvin Gaye by Charlie PUTH & Meghan TRAINOR** - 110 bpm / amazon.co.uk or amazon.com

Intro : 32 counts from first beat in music (app. 25 sec. into track)

**SIDE, TOGETHER, TURN 1/8 RIGHT AND STEP FORWARD,
CHA CHA RIGHT FORWARD, SYNCOPATED ½ DIAMOND**

- 1-3 Step left side, step right together, turn 1/8 right and step left forward (1:30)
- 4&5 Locking chassé forward right-left-right
- 6&7 Step left forward, turn 1/8 left and step right side, turn 1/8 left and step left back (10:30)
- 8&1 Step right back, turn 1/8 left and step left side, turn 1/8 left and step right forward (7:30)

STEP FORWARD, TURN ½ LEFT, CHA CHA BACK, ROCK STEP, CHA CHA FORWARD

- 2-3 Step left forward, turn ½ left and step right back (1:30)
- 4&5 Locking chassé back left-right-left
- 6-7 Rock right back, recover to left
- 8&1 Locking chassé forward right-left-right

HOLD, EXTENDED CHA FORWARD, BALL LOCK, UNWIND 7/8 TURN RIGHT, SIDE TOUCH, HOLD

- 2&3&4 Hold, lock left behind, locking chassé forward right-left-right
- &5-6 Step left forward, lock right behind, unwind 7/8 right (weight to left) (12:00)
- &7-8 Step right side, touch left side, hold

TURN ¼ LEFT, FLICK, STEP FORWARD, SPIRAL TURN LEFT, STEP FORWARD, TURN ¼ LEFT SIDE, TURN 1/8 LEFT, TOGETHER, HOLD, 3X HEEL BOUNCES AND TURN 1/8 LEFT

- 1-2 Turn ¼ left and step left forward (flick right back), step right forward and across (9:00)
- 3 Full spiral turn left (9:00)
- 4&5 Step left forward, turn ¼ left and step right side, turn 1/8 left and step left together (4:30)
- 6-7&8 Hold, bounce heels 3 times (turn 1/8 left during the heel bounces) (3:00)

REPEAT

<http://www.copperknob.co.uk/stepsheets/and-get-it-on-ID104396.aspx>

<http://www.copperknob.co.uk/>

<http://www.kickit.to/>