



DON'T YOU HOLD ME DOWN

Chorégraphie: Darren Bailey (UK) – Décembre 2021

Description: 80 temps - / murs

Niveau: Intermédiaire+ phrasé

Musique: Don't you hold me down - Alan Walker & Georgia Ku

Traduction : Brigitte Palluel

Introduction : 16 temps

Phrasé : A-B-A-B-A(32temps)-B-B

PARTIE A

[1 - 8] SIDE, CLOSE, FORWARD, CHA CHA FORWARD, FORWARD, PIVOT 1/2 R, START SHUFFLE 1/2 TURN R

1-2 PG à G, PD à côté PG

3-4& PG devant, PD devant, PG à côté PD

5-6 PD devant, PG devant

7-8& Pivot 1/2 Tour à D, 1/4 Tour à D en posant PG à G, PD croisé devant PG

(3:00)

[9 - 16] FINISH SHUFFLE 1/2 TURN R, ROCK BACK, RECOVER, FULL TURN L, 1/4 TURN L, HEEL BOUNCE (KNEE POP)

1-2 1/4 Tour à D en posant PG derrière, Rock D Derrière

(12:00)

3-4 Revenir sur PG, 1/2 Tour à G en posant PD derrière

5-6 1/2 Tour à G en posant PG devant, PD devant

7&8 1/4 Tour à G, Make a 1/4 turn L, Soulever les talons, Abaisser les talons (Knee Pop)

(9:00)

[17 - 24] SYNCOPATED WEAVE TO L, MODIFIED JAZZ BOX WITH 1/4 TURN R

1-2& PD croisé devant PG, Pause, PG à G

3-4& PD croisé derrière PG, Pause, PG à G

5-6 PD croisé devant PG, PG derrière

7-8 1/4 Tour à D en posant PD à D, PG devant

(12:00)

[25 - 32] R MAMBO FORWARD, L MAMBO BACK, PIVOT 1/2 L, WALK R, L

1&2 Rock PD devant, Revenir sur PG, PD légèrement derrière

3&4 Rock PG derrière, Revenir sur PD, PG légèrement devant

5-6 PD devant, Pivot 1/2 Tour à G

(6:00)

7-8 PD devant, PG devant

[33 - 40] ROCKING CHAIR WITH RF, FORWARD, PIVOT 1/2 L, 1/4 TURN L, SWEEP

1-2 Rock PD devant, Revenir sur PG

3-4 Rock PD derrière, Revenir sur PG

5-6 PD devant, Pivot 1/2 Tour à G

7-8 1/4 Tour à G en posant PD à D, Sweep G d'avant en arrière

(9:00)

COUNTRY LINE DANCE PARADISE

countrylinedanceparadise@hotmail.com

Maison des associations - 29, av. Maquis de l'Oisans 38800 Le Pont de Claix



DON'T YOU HOLD ME DOWN (suite)

[41 - 48] BEHIND, 1/4 TURN R, FORWARD, PIVOT 1/2 R, WALK L, R, L, TOUCH

1-2 PG croisé derrière PD, 1/4 Tour à D en posant PD devant

(12.00)

3-4 PG devant, Pivot 1/2 Tour à D

(6:00)

5-6 PG devant, PD devant

7-8 PG devant, Touch D à côté PG

PARTIE B

[1 - 8] QUICK VINE R, TOUCH L BEHIND RF, ROLLING VINE L, TOUCH RF BEHIND L

1&2& PD à D, PG croisé derrière PD, PD à D, PG croisé devant PD

3-4 PD à D, Touch G derrière PD

5-6 1/4 Tour à G en posant PG devant, 1/2 Tour à G en posant PD derrière

(9.00)

7-8 1/4 Tour à G en posant PG à G, D derrière PG

(6:00)

[9 - 16] SIDE SWITCHES R, L, R, HITCH, TOUCH R, STEP, PIVOT 1/2 L, FULL TURN L

1&2&Pointe D à D, PD à côté PG, Pointe G à G, PG à côté PD

3&4Pointe D à D, Hitch D, Pointe D à D

5-6 PD devant, Pivot 1/2 Tour à G

(12.00)

7-8 1/2 Tour à G en posant PD derrière, 1/2 Tour à G en posant PG devant

(12:00)

[17 - 24] WALK, R, L, LITTLE JUMP FORWARD, PUSH HIPS BACK, L MAMBO WITH 1/4 TURN L, PUSH, PULL WITH KICK

1-2& PD devant, PG devant, PD devant

3-4 PG à côté PD, Pousser les hanches derrière (PdC sur PD et légèrement devant)

5&6Rock PG devant, Revenir sur PD, 1/4 Tour à G en posant PG à G

(9:00)

7-8 Pousser main D devant (paume face au mur), Ramener main D en posant PD à côté PG et en faisant un Kick G à G

[25 - 32] CROSS, SIDE ROCK, RECOVER, CROSS, SIDE, BEHIND, 1/4 TURN L, FORWARD, HOLD, 1/2 TURN L (WEIGHT BACK ON RF)

1&2 PG croisé devant PD, Rock D à D, Revenir sur PG

3-4 PD croisé devant PG, PG à G

5&6 PD croisé derrière PG, 1/4 Tour à G en posant PG devant, PD devant

(6.00)

7-8 Pause, 1/2 Tour à G (PdC en arrière sur PD)

(12:00)

Note: Pour le double B, à la fin du premier B, sur le dernier compte, changer le PdC sur PG pour recommencer la partie B.

COUNTRY LINE DANCE PARADISE

countrylinedanceparadise@hotmail.com

Maison des associations - 29, av. Maquis de l'Oisans 38800 Le Pont de Claix