



# DIG YOUR HEELS

Chorégraphe : Maddison GLOVER - Kiama , New South Wales - AUSTRALIE / Octobre 2016

PHRASÉE LINE Dance : 4 murs

Niveau : intermédiaire

Séquence : **16 temps intro, A, B, A A A A, B, A A A, TAG, TAG &, A A, TAG**

Musique : **Here's to you & I - The McClymonts - BPM 126 / Polka**

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 3 / 2017

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

**Introduction : 16 temps**

## **PART A**

*KICK FRONT, SIDE, SAILOR, KICK FRONT, SIDE, 1/4 COASTER*

1.2 KICK PD avant - KICK PD côté D

3&4 *SAILOR STEP D* : CROSS BALL PD derrière PG - pas BALL PG côté G - pas PD côté D

5.6 KICK PG avant - KICK PG côté G

7&8 *COASTER STEP G* : reculer BALL PG - 1/4 de tour G... pas reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant - **9 : 00** -

*SHUFFLE FORWARD TWICE, ROCK/REPLACE, FULL TURN TRAVELING BACK*

1&2 *TRIPLE STEP D avant* : pas PD avant - pas PG à côté du PD - pas PD avant

3&4 *TRIPLE STEP G avant* : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant

5.6 ROCK STEP D avant, revenir sur PG arrière

7.8 *FULL TURN D* : 1/2 tour D.... pas PD avant - 1/2 tour D.... pas PG arrière - **9 : 00** -

*1/4 SIDE SHUFFLE, CROSS, BACK, SIDE SHUFFLE BACK ON DIAGONAL, CROSS, SIDE*

1&2 1/4 de tour D... *TRIPLE STEP D latéral* : pas PD côté D - pas PG à côté du PD - pas PD côté D (épaulé D ↗) - **12 : 00** -

3.4 CROSS PG devant PD - pas PD sur diagonale arrière D ↘

5&6 1/8 de tour G... *TRIPLE STEP G latéral* : pas PG côté G - pas PD à côté du PG - pas PG côté G - **10 : 30** -

7.8 CROSS PD devant PG - 1/8 de tour D.... pas PG côté G - **12 : 00** -

*SAILOR, TURNING COASTER, POINT FORWARD, 1/2 FLICK, WALK FORWARD TWICE*

1&2 *SAILOR STEP D* : CROSS BALL PD derrière PG - pas BALL PG côté G - pas PD côté D

3&4 *COASTER STEP G* : reculer BALL PG - 1/4 de tour G... pas reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant - **9 : 00** -

5.6 TOUCH pointe PD avant - 1/2 tour G, sur BALL du PG.... FLICK PD arrière - **3 : 00** -

7.8 *2 pas avant* : pas PD avant - pas PG avant

*suite page 2 .. / ...*

## PART B

*FORWARD (SWEEP), FRONT, SIDE, BEHIND (SWEEP), BEHIND, SIDE, CROSS, SIDE, ROCK, CROSS, 1/2 TURN*

- 1 pas PD avant  
*SWEEP* pointe PG en dedans (*d'arrière en avant*)....
- 2&3 *WEAVE G vers D* : CROSS PG devant PD - pas PD côté D - CROSS PG derrière PD  
*SWEEP* pointe PD en dehors (*d'avant en arrière*)....
- 4&5 *WEAVE D vers G* : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG  
6&7 ROCK STEP latéral *syncopé* G côté G , revenir sur PD côté D - CROSS PG devant PD  
8& 1/4 de tour G .... pas PD arrière - 1/4 de tour G .... pas PG côté G - **9 : 00** -

*FORWARD (SWEEP), FRONT, SIDE, BEHIND (SWEEP), BEHIND, SIDE, CROSS, SIDE, ROCK, CROSS, 1/2 TURN*

*FORWARD (SWEEP), FRONT, SIDE, BEHIND (SWEEP), BEHIND, SIDE, CROSS, SIDE, ROCK, CROSS, 1/2 TURN*

- 1 pas PD avant  
*SWEEP* pointe PG en dedans (*d'arrière en avant*)....
- 2&3 *WEAVE G vers D* : CROSS PG devant PD - pas PD côté D - CROSS PG derrière PD  
*SWEEP* pointe PD en dehors (*d'avant en arrière*)....
- 4&5 *WEAVE D vers G* : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG  
6&7 ROCK STEP latéral *syncopé* G côté G , revenir sur PD côté D - CROSS PG devant PD  
8& 1/4 de tour G .... pas PD arrière - 1/4 de tour G .... pas PG côté G - **3 : 00** -

*CROSS, BACK, SIDE, HOP FORWARD*

- 1.2.3 *JAZZ BOX D* : CROSS PD par-dessus PG - pas PG arrière - pas PD côté D  
4 JUMP en avant sur les 2 pieds

## **TAG : 16 temps**

*HEEL, HITCH, HEEL, TOGETHER, HEEL, HITCH, HEEL, TOGETHER, 1/2 TURN WALK AROUND*

- 1&2 TOUCH talon D avant - HITCH genou D devant - TOUCH talon D avant  
& *SWITCH* : pas PD à côté du PG
- 3&4 TOUCH talon G avant - HITCH genou G devant - TOUCH talon G avant  
& *SWITCH* : pas PG à côté du PD
- 5 à 8 1/8 de tour G .... pas PG avant + **CLAP** - 1/4 de tour G .... pas PD avant + **CLAP** ....  
.... 1/4 de tour G .... pas PG avant + **CLAP** - 1/8 de tour G .... pas PD avant + **CLAP** - **6 : 00** -

*BOX STEP, TRAVELING DWIGHT SWIVELS*

- 1 à 4 *JAZZ BOX D* : CROSS PD par-dessus PG - pas PG arrière - pas PD côté D - CROSS PG devant PD  
5 SWIVEL talon G à D ↘ .... TOUCH pointe PD "IN" à côté du PG  
6 SWIVEL pointe PG à D ↗ .... TOUCH talon D sur diagonale avant D ↗  
7 SWIVEL talon G à D ↘ .... TOUCH pointe PD "IN" à côté du PG  
8 SWIVEL pointe PG à D ↗ .... TOUCH talon D sur diagonale avant D ↗

**OPTION facile :**

- 5.6 *SIDE-TOGETHER D latéral* : pas PD côté D - pas PG à côté du PD (*appui PG*)  
7.8 *SIDE-TOGETHER D latéral* : pas PD côté D - pas PG à côté du PD (*appui PG*)

Lorsque vous faites TAG pour la 2<sup>ème</sup> fois, répétez les numéros de 5 à 8 pour un nombre supplémentaire de 4 temps



# Dig Your Heels

Choreographed by **Maddison GLOVER** (Australie) - November 2016

Maddison Glover : [madpuggy@hotmail.com](mailto:madpuggy@hotmail.com) Website : <http://www.linedancewithillawarra.com>

Description : Phrased, 4 wall, Intermediate Line Dance

Sequence : 16 count intro, A, B, AAAA, B, AAA, Tag, Tag &, AA, Tag

Music : **Here's to you & I - The McCLYMONTS** / Album : Here's To You & I / iTunes / mazon.com

## **PART A**

### **KICK FRONT, SIDE, SAILOR, KICK FRONT, SIDE, 1/4 COASTER**

1-2-3&4 Kick right forward, kick right side, right sailor step

5-6-7&8 Kick left forward, kick left side, step left back, turn  $\frac{1}{4}$  left and step right together, step left forward (9:00)

### **SHUFFLE FORWARD TWICE, ROCK/REPLACE, FULL TURN TRAVELING BACK**

1&2-3&4 Chassé forward right-left-right, chassé forward left-right-left

5-6-7-8 Rock right forward, recover to left, turn  $\frac{1}{2}$  right and step right forward, turn  $\frac{1}{2}$  right and step left back (9:00)

### **1/4 SIDE SHUFFLE, CROSS, BACK, SIDE SHUFFLE BACK ON DIAGONAL, CROSS, SIDE**

1&2 Turn  $\frac{1}{4}$  right and chassé side right-left-right (angle body right) (12:00)

3-4 Cross left over, step right diagonally back

5&6 Turn  $\frac{1}{8}$  left and chassé side left-right-left (10:30)

7-8 Cross right over, turn  $\frac{1}{8}$  right and step left side (12:00)

### **SAILOR, TURNING COASTER, POINT FORWARD, 1/2 FLICK, WALK FORWARD TWICE**

1&2 Right sailor step

3&4 Step left back, turn  $\frac{1}{4}$  left and step right together, step left forward (9:00)

5-6 Touch right forward, turn  $\frac{1}{2}$  left and flick right back (3:00)

7-8 Step right forward, step left forward

## **PART B**

### **FORWARD (SWEEP), FRONT, SIDE, BEHIND (SWEEP), BEHIND, SIDE, CROSS, SIDE, ROCK, CROSS, 1/2 TURN**

1-2& Step right forward, sweep/cross left over, step right side

3-4& Cross left behind, sweep/cross right behind, step left side

5-6& Cross right over, rock left side, recover to right

7-8& Cross left over, turn  $\frac{1}{4}$  left and step right back, turn  $\frac{1}{4}$  left and step left side (9:00)

### **FORWARD (SWEEP), FRONT, SIDE, BEHIND (SWEEP), BEHIND, SIDE, CROSS, SIDE, ROCK, CROSS, 1/2 TURN**

1-2& Step right forward, sweep/cross left over, step right side

3-4& Cross left behind, sweep/cross right behind, step left side

5-6& Cross right over, rock left side, recover to right

7-8& Cross left over, turn  $\frac{1}{4}$  left and step right back, turn  $\frac{1}{4}$  left and step left side (3:00)

### **CROSS, BACK, SIDE, HOP FORWARD**

1-2 Cross right over, step left back

3-4 Step right side, hop both feet forward

### **TAG : 16 temps**

#### **HEEL, HITCH, HEEL, TOGETHER, HEEL, HITCH, HEEL, TOGETHER, 1/2 TURN WALK AROUND**

1&2& Touch right heel forward, hitch right, touch right heel forward, step right together

3&4& Touch left heel forward, hitch left, touch left heel forward, step left together

Clap on each step on counts 5-8

5 - 8 Turn  $\frac{1}{8}$  left and step left forward, turn  $\frac{1}{4}$  left and step right forward,

Turn  $\frac{1}{4}$  left and step left forward, turn  $\frac{1}{8}$  left and step right forward (6:00)

### **BOX STEP, TRAVELING DWIGHT SWIVELS**

1-4 Cross right over, step left back, step right side, cross left over

5-6 Swivel left heel in and touch right together (toe turned in), swivel left toe in and touch right heel diagonally forward

7-8 Swivel left heel in and touch right together (toe turned in), swivel left toe in and touch right heel diagonally forward

Option for 5-8 : step right side, step left together, step right side, step left together

When completing the tag for the second time, repeat counts 5-8 for an extra 4 counts