

# OUT & JUMP

<b>Musique</b>	“Jump Into My Bed” by Lou Bega – 130 BPM <i>Album “Free Again”, piste 4</i>
<b>Chorégraphe</b>	Rep Ghazali – Ecosse – juin 2010
<b>Type</b>	Line Dance phrasée, 4 murs, A = 32 temps, 39 pas, B = 32 temps, 28 pas
<b>Niveau</b>	Intermédiaire facile
<b>Séquence</b>	A A A B A A A B A A A B

Démarrage de la danse : intro parlée de 4x8 temps, sur le chant à 17 secondes...

## Partie A

### R Chasse, Cross Rock, Recover, L Chasse, Cross, ¼ Turn Right

- 1 & 2 Pas chassé (D-G-D) à droite
- 3 – 4 Pas G (rock) croisé devant D, revenir sur D
- 5 & 6 Pas chassé (G-D-G) à gauche
- 7 – 8 Pas D croisé devant G, ¼ de tour à droite (3h) et pas G en arrière

### Rock Back, Recover, Triple ½ Turn Left, ¼ Turn Left, Together, L Shuffle Forward

- 1 – 2 Pas D (rock) en arrière, revenir sur G
- 3 & 4 3 pas (D-G-D) sur place en faisant ½ tour à gauche (9h)
- 5 – 6 ¼ de tour à gauche (6h) et pas G à gauche, pas D à côté de G
- 7 & 8 Pas chassé (G-D-G) en avant

### R Rocking Chair, R Shuffle Forward, Cross, ¼ Turn Left

- 1 – 2 Pas D (rock) en avant, revenir sur G
- 3 – 4 Pas D (rock) en arrière, revenir sur G
- 5 & 6 Pas chassé (D-G-D) en avant
- 7 – 8 Pas G croisé devant D, ¼ de tour à gauche (3h) et pas D en arrière

### Side, Hold, & Side, Rock, Recover, Behind-Side-Cross, Side Rock, Recover

- 1 – 2 Pas G à gauche (*option* : stomp), hold
- & 3 – 4 Pas D à côté de G, pas G (rock) à gauche, revenir sur D
- 5 & 6 Pas G croisé derrière D, pas D à droite, pas G croisé devant D
- 7 – 8 Pas D (rock) à droite, revenir sur G avec flick D croisé derrière jambe G

Partie B : toujours face à 9h et se termine face à 12h pour reprendre la partie A

### Out with Hold Twice, R & L Shuffle Back

- 1 – 4 Pas D (out) en avant, hold, pas G (out) en avant (*aligné avec D, largeur d'épaules*), hold
- 5 & 6 Pas chassé (D-G-D) en arrière (*haut du corps orienté dans la diagonale droite*)
- 7 & 8 Pas chassé (G-D-G) en arrière (*haut du corps orienté dans la diagonale gauche*)

### Jump Back with Hold Twice, R & L Toe Struts

- 1 – 4 Petit saut en arrière, hold, petit saut en arrière (*terminer appui sur G*), hold
- Option : Pas D en arrière, hold, pas G en arrière, hold
- 5 – 8 Pas D (*sur la plante*) en avant, poser talon D au sol, pas G (*sur la plante*) en avant, poser talon G au sol
- 1 – 16 Répéter à l'identique les 16 temps précédents et ajouter ¼ de tour à droite (*sur le temps 7*) lors du toe strut G. Reprendre la danse face à 12h.

**BE COOL, SMILE & HAVE FUN !!!**

[www.davycountryboy.com](http://www.davycountryboy.com)

Sources : [www.copperknob.co.uk](http://www.copperknob.co.uk) & [www.kickit.to](http://www.kickit.to)

Vidéo : <http://youtu.be/wUOpKCQ2vII>