

# SETTLE DOWN

Chorégraphe : Syndie Berger

**Type :** Danse en Ligne, 80 Temps, 4 Murs,

**Difficulté :** Int / Avancée

**Musique :** *Settle Down* par The McClymonts, **180 Bpm**, (CD : Chaos And Bright Lights)

**Note Départ :** 32 temps sur *Settle Down* par The McClymonts

Comptes	Description	Suggestion Calling	Direction Sens
<b>Section 1</b>	<b>HEEL ROCK, RECOVER, HEEL ROCK ¼ TURN, RECOVER, ROCK BACK, STOMP TWICE</b>		
1-2	Pas PD en Av sur Talon PD, Revenir PdC sur PG en Ar,	Heel Rock	Sur place
3-4	Pas PD en Av sur Talon PD et ¼ t à D, Revenir PdC sur PG en Ar,	Heel ¼ Turn	¼ D (3h)
5-6	<b>(en sautant)</b> , Pas PD en Ar et Lancer Pointe PG vers l'Av, Revenir PdC sur PG en Av,	Jump Back Rock	Sur place
7-8	Frapper PD en Av, Frapper PG à côté PD,	Stomp Stomp	
<b>Section 2</b>	<b>CROSS ROCK &amp; HOOK, KICK, KICK, CROSS ROCK &amp; HOOK, STOMP SIDE, PIGEON TOED RIGHT</b>		
1-2	<b>(en sautant)</b> , Croiser PD devant PG et Croiser PG derrière Jambe PD, Revenir PdC sur PG en Ar et Lancer Pointe PD vers l'Av,	Jump Cross Rock Back Kick	Sur place
3-4	<b>(en sautant)</b> , Pas PD à D et Lancer Pointe PG vers l'Av, Croiser PG devant PD et Croiser PD derrière Jambe G,	Jump Back Kick Cross Rock	
5	Frapper PD à D,	Stomp	
6-7-8	<b>(en se déplaçant à D)</b> , Tourner les pointes de pieds vers les extérieurs, Tourner Pointe PG à D et Talon PD à D, Tourner Talon PG à D et Tourner Pointe PD à D (PdC sur PD),	Pigeon Toes Right	D
<b>Section 3</b>	<b>SLOW VAUDEVILLE LEFT, CROSS SIDE, KICK, STOMP UP</b>		
1-2	Croiser PG devant PD, Pas PD à D,	Vaudeville	Sur place
3-4	Toucher Talon PG en diagonale Av G, Pas PG à G,		
5-6	Croiser PD devant PG, Pas PG à G,	Cross Side	
7-8	Lancer Pointe PD vers l'Av, Frapper PD à côté PG,	Kick Stamp	
<b>Section 4</b>	<b>FLICK WITH ¼ TURN, STOMP UP, KICK FORWARD, STOMP UP, FLICK WITH ¼ TURN, STOMP UP, ROCK BACK</b>		
1-2	Lancer PD vers diagonale Ar D avec ¼ t à D, Frapper PD à côté PG,	Flick Turn Stamp	¼ D (6h)
3-4	Lancer Pointe PD vers l'Av, Frapper PD à côté PG,	Kick Stamp	Sur place
5-6	Lancer PD vers diagonale Ar D avec ¼ t à D, Frapper PD à côté PG,	Flick Turn Stamp	¼ D (9h)
7-8	<b>(en sautant)</b> , Pas PD en Ar et Lancer Pointe PG vers l'Av, Revenir PdC sur PG en Av, <b>Restart ici sur le 6<sup>ème</sup> mur</b>	Jump Back Rock	Sur place
<b>Section 5</b>	<b>DIAGONALE STEP-LOCK-STEP, STOMP UP, DIAGNALE STEP BACK &amp; STOMP UP TWICE</b>		
1-2	Pas PD en diagonale Av D, Croiser PG derrière PD,	Step Lock	Av
3-4	Pas PD en diagonale Av D, Frapper PG légèrement en Ar PD,	Step Stamp	
5-6	Pas PG en diagonale Ar G, Frapper PD à côté PG,	Back Stamp	Ar
7-8	Pas PD en diagonale Ar D, Frapper PG à côté PD,	Back Stamp	
<b>Section 6</b>	<b>DIAGONALE STEP-LOCK-STEP, STOMP UP, DIAGONALE STEP BACK &amp; STOMP UP, HEEL, TOE TOUCH</b>		
1-2	Pas PG en diagonale Av G, Croiser PD derrière PG,	Step Lock	Av
3-4	Pas PG en diagonale Av G, Frapper PD à côté PG,	Step Stamp	
5-6	Pas PD en diagonale Ar D, Frapper PG à côté PD,	Back Stamp	Ar
7-8	Toucher Talon PG en Av, Toucher Pointe PG en Ar,	Heel Toe	Sur place

<b>Section 7</b>	<b>LEFT VINE, SCUFF, STEP ½ TURN TWICE</b>		
1-2	Pas PG à G, Croiser PD derrière PG,	Left Vine	G
3-4	Pas PG à G, Frotter Talon PD vers l'Av,	Scuff	
5-6	Pas PD en Av, ½ t à G avec PdC sur PG en Av,	Step Turn	½ G (3h)
7-8	Pas PD en Av, ½ t à G avec PdC sur PG en Av,	Step Turn	½ G (9h)
<b>Section 8</b>	<b>HEELS OUT-OUT FORWARD, BACK IN-IN, SWIVETS RIGHT &amp; LEFT</b>		
1-2	PdC sur Talon PD en diagonale Av D, PdC sur Talon PG à G,	Heel Out Out	Av
3-4	Revenir PD en Ar au centre, Pas PG à côté PD,	Back In In	Ar
5-6	Tourner Pointe PD à D et Talon PG à G, Revenir au centre,	Right Swivet	Sur place
7-8	Tourner Talon PD à D et Pointe PG à G, Revenir au centre, <b>Restart ici sur le 7<sup>ème</sup> mur</b>	Left Swivet	
<b>Section 9</b>	<b>CROSS ROCKIN CHAIR WITH HOOK &amp; FLICK TWICE</b>		
1-2	<b>(en sautant)</b> , Croiser PD devant PG et Croiser PG derrière Jambe PD, Revenir PdC sur PG en Ar et Lancer Pointe PD vers l'Av,	Jump Rockin Chair	Sur place
3-4	<b>(en sautant)</b> , Pas PD en Ar et Lancer Pointe PG vers l'Av, Revenir PdC sur PG en Av,		
5-6	<b>(en sautant)</b> , Croiser PD devant PG et Croiser PG derrière Jambe PD, Revenir PdC sur PG en Ar et Lancer Pointe PD vers l'Av,		
7-8	<b>(en sautant)</b> , Pas PD en Ar et Lancer Pointe PG vers l'Av, Revenir PdC sur PG en Av, <b>Restart ici sur le 4<sup>ème</sup> mur</b>		
<b>Section 10</b>	<b>CROSS ROCK &amp; HOOK, KICK, KICK, CROSS ROCK &amp; HOOK, KICK, FLICK, STOMP UP TWICE</b>		
1-2	<b>(en sautant)</b> , Croiser PD devant PG et Croiser PG derrière Jambe PD, Revenir PdC sur PG en Ar et Lancer Pointe PD vers l'Av,	Jump Cross Rock	Sur place
3-4	<b>(en sautant)</b> , Pas PD à D et Lancer Pointe PG vers l'Av, Croiser PG devant PD et Croiser PD derrière Jambe G,	Side Kick	
5-6	<b>(en sautant)</b> , Revenir PdC sur PD en Ar et Lancer Pointe PG vers l'Av, Pas PG à G et Lancer PD en Ar,	Cross Rock	
7-8	Frapper PD à D, 2 fois (PdC sur PG),	Side Flick	
		Stamp Stamp	
<b>TAG</b>	<b>A la fin du 3<sup>ème</sup> mur, refaire les sections 9 &amp; 10, 1 fois</b> <b>A la fin du 5<sup>ème</sup> mur, refaire les sections 9 &amp; 10, 1 fois</b> <b>A la fin du 8<sup>ème</sup> mur, refaire les sections 9 &amp; 10, 3 fois</b>		
<b>Restart</b>	<b>Sur le 4<sup>ème</sup> mur, à la fin de la section 9, reprendre la danse au début</b> <b>Sur le 6<sup>ème</sup> mur, à la fin de la section 4, reprendre la danse au début</b> <b>Sur le 7<sup>ème</sup> mur, à la fin de la section 8, reprendre la danse au début</b>		
<b>Ending</b>	<b>A la fin du 8<sup>ème</sup> mur et après le TAG (3 fois les sections 9 &amp; 10), terminer par Frapper PD en Av (12h)</b>		

*Recommencer en gardant votre sourire*

*Si vous constatez une erreur, je vous remercie de le signaler à l'adresse mail ci-dessous*