

# MAKE IT HURT

Musique : Don't Tell Me de Joel Crouse

Chorégraphe: Maddison Glover & Chris Watson (02/2015)

Type: Ligne, 64 temps, 2 murs

Niveau: Intermédiaire

Intro: 32 temps

#### 1-8: CROSS, SIDE, BACK ROCK, PIVOT ¾ TURN, SHUFFLE FWD

1-2 : <u>cross</u> : croiser PD devant PG , <u>side</u> : un pas PG à G

3-4 : rock back : un pas D derrière (appui PD), revenir sur PG (appui PG) 5-6 : <sup>3</sup>/<sub>4</sub> turn : <sup>1</sup>/<sub>4</sub> de tour à G, un pas PD derrière, <sup>1</sup>/<sub>2</sub> tour à G, un pas PG devant

7&8 : shuffle : un pas PD devant , PG à côté PD , un pas PD devant

#### 9-16: ROCK STEP, BACK LOCK STEP, ¼ TURN, SIDE ROCK & SIDE ROCK

1-2 : rock step : un pas PG devant (appui PG), revenir sur PD (appui PD)

3&4 : back lock step : un pas PG derrière , bloquer PD devant PG , un pas PG derrière

5-6: \frac{1}{4} \text{ turn side rock} : \frac{1}{4} \text{ de tour à D}, \text{ un pas PD à D (appui PD)}, \text{ revenir sur PG (appui PG)}

& : switch : ramener rapidement PD à côté PG

7-8 : <u>side rock</u> : un pas PG à G (appui PG), revenir sur PD (appui PD)

# 17-24: BEHIND SIDE CROSS, SIDE ROCK, BACK ROCK, STEP 1/4 TURN

1&2 : behind side cross : croiser PG derrière PD , un pas PD à D , croiser PG devant PD

3-4 : side rock : un pas PD à D ( appui PD ) , revenir sur PG ( appui PG )

5-6 : back rock : un pas PD derrière (appui PD), revenir sur PG (appui PG)

7-8: step ½ turn: un pas PD devant, ¼ de tour à G (finir appui PG)

#### 25-32 : JAZZ BOX ¼ TURN , KICK BALL STEP , ¼ TWIST , ¼ TWIST

1-2 : <u>jazz box ¼ turn</u> : { croiser PD devant PG, ¼ de tour à D et un pas PG derrière

3-4: { un pas PD à D, un pas PG devant

5&6: kick ball step: kick PD devant, un pas ball D à côté PG, un pas PG devant 7-8: ¼ twist x 2: pivoter les talons à G en faisant ¼ de tour à D, revenir au centre



# MAKE IT HURT

## 33-40: HEEL SWITCHES, HEEL, HITCH, HEEL & CROSS& HEEL & TOUCH & HEEL &

 $1\&2\&:\underline{\text{heel switches}}: \{ \text{ poser talon } D \text{ devant }, \text{ ramener rapidement } PD \text{ à côté } PG$ 

{ poser talon G devant , ramener rapidement PG à côté PD

3&4 : heel hitch heel : { poser talon D devant , lever genou D et ramener le talon D devant tibia G

{ poser talon D devant

&5 : switch : ramener rapidement PD à côté PG , cross : croiser PG devant PD

&6: switch: un pas PD à D, heel: poser talon G devant dans la diagonale G

&7 :  $\underline{\text{switch}}$  : ramener rapidement PG à côté PD ,  $\underline{\text{touch}}$  : toucher PD à côté PG

&8: switch: un pas PD à D, heel: poser talon G devant dans la diagonale G

& : switch : ramener rapidement PG à côté PD

RESTART: ici au 5ème mur reprendre la danse au début

#### 41-48: CROSS, SIDE, BACK ROCK, ¼ TURNING SHUFFLE, ½ TURNING SHUFFLE

1-2 : <u>cross</u> : croiser PD devant PG, <u>side</u> : un pas PG à G

3-4 : back rock : un pas PD derrière (appui PD), revenir sur PG (appui PG)

5&6: ½ turning shuffle: ¼ de tour à G, un pas PD derrière, PG à côté PD, un pas PD derrière

7&8: ½ turning shuffle: ½ tour à G, un pas PG devant, PD à côté PG, un pas PG devant

# 49-56: RIGHT CHASSE, BEHIND, ¼ TURN, ¼ BIG SIDE, DRAG (for 3 counts), TOGETHER, CROSS

1&2 : chasse to right : un pas PD à D, PG à côté PD, un pas PD à D

3-4 : behind : croiser PG derrière PD , pivot \( \frac{1}{4} \) turn : \( \frac{1}{4} \) de tour \( \hat{a} \) D , un pas PD devant

5-6-7: \(\frac{1}{4}\) turn big side : pivoter d' \(\frac{1}{4}\) de tour à D, un grand pas PG à G, \(\frac{drag}{drag}\) : glisser PD vers PG

&8 : together : PD à côté PG, cross : croiser PG devant PD

## 57-64: 1/4 TURN, WALKS, SIDE ROCK (ball step), WALKS, SIDE ROCK (ball step)

1-2-3 :  $\frac{1}{4}$  turn walks x 3 : pivoter d'  $\frac{1}{4}$  de tour à D et PD devant , un pas PG devant , un pas PD devant

&4 : side rock : un pas ball G à G (appui PG), revenir sur PD (appui PD)

5-6-7: walks: un pas PG devant, un pas PD devant, un pas PG devant

&8 : side rock : un pas ball D à D (appui PD), revenir sur PG (appui PG)

## Garder le sourire et recommencer au début

Ligérienne Country: 70 rue Ligérienne 49800 La Daguenière

http://ligeriennecountry49.com/