



GET IN OR GET OUT

32 Count, 4 Wall Beginner/Intermediate

Choreographie: Maggie Gallagher
Musik: Get In or Get Out - Sarah Lake
Überarbeitet von: Marlis Wolter

Intro: 8 Counts

STEP, KICK BALL STEP, WALK, ROCK, RECOVER, BACK SHUFFLE

1 RF Schritt vorwärts
2&3 LF nach vorn kicken, linken Fußballen neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
4 LF Schritt vorwärts
5-6 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) Gewicht zurück auf LF
7&8 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt zurück

½ SHUFFLE, ¼ SIDE ROCK, RECOVER, BEHIND SIDE CROSS, POINT, HOLD &

1&2 ½ Linksdrehung mit 3 Cha Cha Schritten rückwärts (LF, RF, LF)
3-4 ¼ Linksdrehung & RF Schritt nach rechts (linke Ferse anheben) Gewicht zurück auf RF
5&6 RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF vor LF kreuzen
7-8 & Linke Fußspitze links auftippen, Halten, LF neben RF absetzen **

Restart: Im 3. Runde (9 Uhr) beginne hier wieder von vorn

ROCK, RECOVER, & HEEL & HEEL &, ROCK, RECOVER, ¼ CHASSE L

1-2 RF Schritt vorwärts, Gewicht zurück auf LF
&3& RF neben LF absetzen, linke Ferse vorn auftippen, LF neben RF absetzen
4& Rechte Ferse vorn auftippen, RF neben LF absetzen
5-6 LF Schritt vorwärts, Gewicht zurück auf RF
7&8 ¼ Linksdrehung & LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach links

CROSS, ¼, COASTER STEP, WALK, ½, SHUFFLE ½

1-2 RF vor LF kreuzen, ¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück
3&4 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
5-6 LF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück
7&8 ½ Linksdrehung & LF Schritt vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

Option:

6 RF Schritt vorwärts
7&8 LF Schritt vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

Tanz beginnt wieder von vorn

Brücke: Am Ende der 5. Runde (3 Uhr) 8. Runde (12 Uhr) tanze zusätzlich:

ROCK, RECOVER, RIGHT COASTER STEP, ROCK, RECOVER, LEFT COASTER STEP

1-2 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) Gewicht zurück auf LF
3&4 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
5-6 LF Schritt vorwärts (rechte Ferse anheben) Gewicht zurück auf RF
7&8 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

Brücke & Restart **: 9. Runde tanze bis Count 16 +, dann die nachfolgenden Counts und beginne dann wieder von vorn

STOMP R, HOLD, STOMP L, HOLD

1-2 RF Schritt stampfend vorwärts und Halten
3-4 LF Schritt stampfend vorwärts und Halten

Finish: Am Ende des 12 Durchgangs tanze noch 1 RF Schritt stampfend vorwärts