



# And Get It On

Niveau	Intermédiaire (Mars 2015)
Chorégraphe	Daniel Trepas - José Miquel Belloque Van
Musique	Marvin Gaye By Charlie Puth ft. Meghan Trainor
Description	32 temps, 4 murs
Intro	32 temps (environ 25 sec)

- 1 - 8 SIDE, TOGETHER, 1/8 TURN R STEP FWD, CHA CHA R FWD, SYNCOPATED HALF DIAMOND**  
1 - 3 Pas PG côté G (1) – pas PD à côté du PG (2) – 1/8 de tour à D... pas PG avant (3) **1h30**  
4 & 5 **STEP LOCK STEP D avant** : pas D avant (4) – **LOCK PG derrière** PD (PG à D du PD) (&) – pas PD avant (5) **1h30**  
6 & 7 Pas PG avant (6) – 1/8 de tour à G... pas PD côté D (&) – 1/8 de tour à G... Pas G arrière (7) **10h30**  
8 & 1 Pas PD arrière (8) – 1/8 de tour à G... pas PG côté G (&) – 1/8 de tour à G... Pas PD avant (1) **7h30**
- 9 – 16 STEP FWD, ½ TURN L, CHA CHA BACK, ROCKSTEP, CHA CHA FWD**  
2 – 3 Pas PG avant (2) – ½ tour à G... pas PD arrière (3) **1h30**  
4 & 5 **STEP LOCK STEP G arrière** : pas PG arrière (4) – **LOCK PD devant** PG (PD à G du PG) (&) – pas PG arrière (5)  
6 – 7 **ROCK STEP PD arrière** (6) – revenir sur PG avant (7)  
8 & 1 **STEP LOCK STEP D avant** : pas PD avant (8) – **LOCK PG derrière** PD (PG à D du PD) (&) – pas PD avant (1) **1h30**
- 17 – 24 HOLD, EXTENDED CHA FWD, BALL LOCK, UNWIND 7/8 TURN R, SIDE, TOUCH, HOLD**  
2 & **HOLD** (2) – **LOCK PG derrière** PD (PG à D du PD) (&)  
3 & 4 **STEP LOCK STEP D avant** : pas PD avant (3) – **LOCK PG derrière** PD (PG à D du PD) (&) – pas PD avant (4) **1h30**  
&5-6 Pas PG avant (&) – **LOCK PD derrière** PG (PD à G du PG) (5) – **UNWIND** 7/8 de tour à D (finir en appui sur PG) (6) **12h**  
&7-8 Pas PD côté D (&) – **POINTE PG côté G** (7) – **HOLD** (8)
- 25 – 32 ¼ TURN L, FLICK, STEP FWD, SPIRAL TURN L, STEP FWD, ¼ TURN L, SIDE, 1/8 TURN L, TOGETHER, HOLD, 3x HEEL BOUNCES AND 1/8 TURN L**  
1 – 2 ¼ de tour à G... pas PG avant avec **FLICK PD arrière** (1) – pas PD avant (2) **9h**  
3 **SPIRALE** tour complet à G (le poids du corps reste sur PD) (3)  
4 & 5 Pas PG avant (4) – ¼ de tour à G... pas PD côté D (&) – 1/8 de tour à G... pas PG à côté du PD (5) **4h30**  
6-7&8 **HOLD** (6) – **BOUNCE** des deux talons (7) – **BOUNCE** des deux talons (&) – **BOUNCE** des deux talons (finir appui sur PD) (8) **3h**  
**Sur 7 & 8, pendant les HELL BOUNCES, faire 1/8 de tour à G**

Recommencez..... Souriez !