

# HURRY UP, SLOW DOWN



Chorégraphe : Séverine FILLION - FRANCE / Février 2013

LINE Dance : 32 temps - 4 murs (+ 1 RESTART)

Niveau : débutant

Musique : **Hurry up, slow down - Don DERBY - BPM 134**

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - 3 / 2014

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

## Introduction : 32 temps

### *TOE STRUT FORWARD (RIGHT & LEFT), ROCKING CHAIR*

- 1.2 *TOE STRUT D avant* : TOUCH BALL PD avant - *DROP* : abaisser talon D au sol  
3.4 *TOE STRUT G avant* : TOUCH BALL PG avant - *DROP* : abaisser talon G au sol  
5.6 ROCK STEP D avant , revenir sur PG arrière | **ROCKIN**  
7.8 ROCK STEP D arrière , revenir sur PG avant | **CHAIR**

### *SIDE, CROSS KICK, SIDE, CROSS KICK, JAZZ BOX 1/4TURN*

- 1.2 pas PD côté D - KICK - **CROSS** jambe G devant jambe D ↗  
3.4 pas PG côté G - KICK - **CROSS** jambe D devant jambe G ↖  
5 à 8 *JAZZ BOX D* : CROSS PD par-dessus PG - pas PG arrière ....  
..... 1/4 de tour D .... pas PD côté D - pas PG avant

**RESTART : ici, sur le 3<sup>ème</sup> mur, après 16 temps - 9 : 00 -**

### *VINE, SCUFF, VINE, SCUFF*

- 1.2.3 *VINE à D* : pas PD côté D - CROSS PG derrière PD - pas PD côté D  
4 SCUFF talon G à côté du PD  
5.6.7 *VINE à G* : pas PG côté G - CROSS PD derrière PG - pas PG côté G  
8 SCUFF talon D à côté du PG

**OPTION 5.6.7 ROLLING VINE à G : 1/4 de tour G ... pas PG avant ....**

**..... 1/2 tour G ... pas PD arrière - 1/4 de tour G ... pas PG côté G**

### *STOMP OUT, HOLD (RIGHT & LEFT), ROLLING HIPS*

- 1.2 STOMP PD côté D - **HOLD**  
3.4 STOMP PG côté G - **HOLD**  
5 à 8 ROLLS HIPS ↻ .... un cercle complet vers G ↻  
( **C**ounter**C**lock**W**ise .... (sens inverse des aiguilles d'une montre)



# Hurry Up, Slow Down

Choreographed by **Séverine FILLION** (February 2013)  
Description : 32 count, 4 wall, Beginner Polka Line Dance  
Music : **Hurry up, slow down by Don DERBY** / amazon.co.uk or amazon.com

## **Intro : 32 comptes**

### **[1-8] TOE STRUT FWD (RIGHT & LEFT), ROCKING CHAIR**

- 1-2 Poser plante PD devant, abaisser le talon D au sol
- 3-4 Poser plante PG devant, abaisser le talon G au sol
- 5-6 Rock step D devant, revenir sur PG
- 7-8 Rock step D derrière, revenir sur PG

### **[9-16] SIDE, CROSS KICK, SIDE, CROSS KICK, JAZZ BOX 1/4TURN**

- 1-2 Poser PD à droite, Kick G en diagonale avant D (croisé devant jambe D)
- 3-4 Poser PG à gauche, Kick D en diagonale avant G (croisé devant jambe G)
- 5-6 Croiser PD devant PG, poser PG derrière
- 7-8 ¼ tour à droite et poser PD à droite, poser PG devant \* Restart 3ème mur

### **[17-24] VINE, SCUFF, VINE, SCUFF**

- 1-3 PD à droite, croiser PG derrière PD, PD à droite
- 4 Scuff G à côté du PD
- 5-7 PG à gauche, croiser PD derrière PG, PG à gauche

**Option 5-7 : Rolling vine à G : ¼ tour G . . . PG avant, ½ tour G . . PD arrière, ¼ tour G . . pas PG côté G**

- 8 Scuff D à côté du PG

### **[25-32] STOMP OUT, HOLD (RIGHT & LEFT), ROLLING HIPS**

- 1-2 Stomp D à droite, pause
- 3-4 Stomp G à gauche, pause
- 5-8 Effectuer un tour complet avec les hanches (sens inverse des aiguilles d'une montre)

Recommencer au début en vous amusant !

**Restart sur le 3ème mur après le compte 16 à 9 :00**

Contact: [cfillion@wanadoo.fr](mailto:cfillion@wanadoo.fr)

<http://www.copperknob.co.uk/>