


	SETTLE DOWN
	<p><b>Chorégraphe : Syndie BERGER (Octobre 2011)</b>  <b>Niveau : Intermédiaire avancé</b>  <b>Description : 80 temps, 4 murs, 5 tags, 3 restarts</b>  <b>Musique : Settle down de THE MC CLYMONTS</b></p>

**SECTION 1 – HEEL ROCK – RECOVER – HEEL ROCK ¼ TURN – RECOVER – ROCK BACK – STOMP (x2)**

- 1-2 Rock step avant sur talon D, revenir sur PG
- 3-4 Rock step avant sur talon D en faisant ¼ de tour à D, revenir sur PG
- 5-6 (en sautant) Rock step D en arrière, kick G, revenir sur PG
- 7-8 Stomp D en avant, stomp G à côté PD (poids du corps à G)

**SECTION 2 – CROSS ROCK & HOOK – KICK – KICK – CROSS ROCK & HOOK – STOMP SIDE – PIGEON TOED TO RIGHT**

- 1-2 (en sautant) Rock step PD croisé devant PG, hook PG derrière jambe D, revenir sur PG, kick PD devant
- 3-4 (en sautant) Poser PD à D, kick G en avant, rock step G croisé devant PD, hook PD derrière jambe G, stomp PD à D
- 5 Stomp PD à D
- 6-7-8 (en se déplaçant à D) Ouvrir les pointes vers l'extérieur, fermer les pointes, ouvrir les pointes vers l'extérieur (poids du corps à D)

**SECTION 3 – SLOW VAUDEVILLE LEFT – CROSS SIDE – KICK – STOMP UP**

- 1-2 Croiser PG devant PD, pas PD à D
- 3-4 Talon G en diagonale avant G, pas PG à G
- 5-6 Croiser PD devant PG, pas PG à G
- 7-8 Kick PD devant, stomp up PD à côté PG

**SECTION 4 – FLICK WITH ¼ TURN – STOMP UP – KICK FORWARD – STOMP UP – FLICK WITH ¼ TURN – STOMP UP – ROCK BACK**

- 1-2 Flick PD en faisant ¼ de tour à D, stomp up PD à côté PG
- 3-4 Kick PD devant, stomp up PD à côté PG
- 5-6 Flick PD en faisant ¼ de tour à D, stomp up PD à côté PG
- 7-8 (en sautant) Rock step PD en arrière, kick PG, revenir sur PG

**RESTART AU 6EME MUR (à 6:00)**

**SECTION 5 – DIAGONALE STEP – LOCK – STEP – STOMP UP – DIAGONALE STEP BACK & STOMP UP TWICE**

- 1-2 Pas PD en diagonale avant D, lock PG derrière PD
- 3-4 Pas PD en diagonale avant D, stomp up PG légèrement derrière PD
- 5-6 Reculer PG en diagonale arrière G, stomp up PD à côté PG
- 7-8 Reculer PD en diagonale arrière D, stomp up PG à côté PD

**SECTION 6 – DIAGONALE STEP – LOCK – STEP – STOMP UP – DIAGONALE STEP BACK & STOMP UP – HEEL – TOE TOUCH**

- 1-2 Pas PG en diagonale avant G, lock PD derrière PG
- 3-4 Pas PG en diagonale avant G, stomp up PD légèrement derrière PG
- 5-6 Reculer PD en diagonale arrière D, stomp up PG à côté PD
- 7-8 Talon PG en avant, pointer PG derrière

### **SECTION 7 – ROLLING VINE – SCUFF – STEP ½ TURN TWICE**

- 1-2 ¼ tour à G, step PG devant
- 3-4 ½ tour à G, scuff talon D vers l'avant
- 5-6 Pas PD devant, pivoter ½ tour à G
- 7-8 Pas PD devant, pivoter ½ tour à G

### **SECTION 8 – HEELS OUT-OUT – FORWARD – BACK IN-IN – SWIVETS RIGHT & LEFT**

- 1-2 Talon PD devant (out), talon PG à G (out)
- 3-4 Revenir au centre sur PD (in), poser PG à côté PD (in)
- 5-6 Pivoter talon PG vers la G et pointe PD vers la D, revenir au centre
- 7-8 Pivoter pointe PG vers la G et talon PD vers la D, revenir au centre (poids du corps à G)

### **RESTART AU 7EME MUR (à 3:00)**

### **SECTION 9 – CROSS ROCKING CHAIR WITH HOOK & FLICK TWICE**

- 1-2 (en sautant) Rock step PD croisé devant PG, hook PG derrière jambe D, revenir sur PG, kick PD devant
- 3-4 (en sautant) Rock step PD derrière, kick PG devant, revenir sur PG
- 5-6 (en sautant) Rock ste PD croisé devant PG, hook PG derrière jambe D, revenir sur PG, kick PD devant
- 7-8 (en sautant) Rock step D arrière, kick PG devant, revenir sur PG

### **RESTART AU 4EME MUR (à 12:00)**

### **SECTION 10 – CROSS ROCK & HOOK – KICK – KICK – CROSS ROCK & HOOK – KICK – FLICK STOMP UP (x2)**

- 1-2 (en sautant) Rock step PD croisé devant PG, hook PG derrière jambe D, revenir sur PG, kick PD devant
- 3-4 (en sautant) Poser PD à D, kick PG devant, rock step PG croisé devant PD, hook PD derrière jambe G
- 5-6 (en sautant) Revenir sur PD, kick PG devant, pas PG à G, flick PD derrière
- 7-8 Stomp up PD à côté PG (x2) (poids du corps à G)

### **TAGS :**

**A la fin des 3ème (à 3:00) et 5ème murs (à 9:00), répéter 1 fois les sections 9 et 10**

**A la fin du 8ème mur (à 12:00), répéter 3 fois les sections 9 et 10 et finir par un stomp D devant**

**Un peu d'humour : Profitez bien des deux premiers murs, ce sont les seuls où il n'y a ni tag, ni restart.**



**Recommencez... amusez vous !**