

Get In or Get Out (September 2022)

Choreografie : Maggie Gallagher

Soort dans : 4 muurs lijndans

Niveau : High Improver

Tellen : 32

Intro : 8 tellen, start op zang

Vertaling : [All Country](#)

Muziek : Get In or Get Out

Artiest : Sarah Lake

Tempo : 120 BPM

[Dansvideo](#)

S1: STEP, KICK BALL STEP, WALK, ROCK, RECOVER, BACK SHUFFLE

- 1 RV stap voor
- 2 LV kick voor
- & LV stap naast RV
- 3 RV stap voor
- 4 LV stap voor
- 5 RV rock voor
- 6 LV gewicht terug
- 7 RV stap achter
- & LV stap naast RV
- 8 RV stap achter

S2: 1/2 SHUFFLE, 1/4 SIDE ROCK, RECOVER, BEHIND SIDE CROSS, POINT, HOLD &

- 1 LV 1/4 draai linksom, stap opzij (9)
- & RV stap naast LV
- 2 LV 1/4 draai linksom, stap voor (6)
- 3 RV 1/4 draai linksom, rock opzij (3)
- 4 LV gewicht terug
- 5 RV stap gekruist achter LV
- & LV stap opzij
- 6 RV stap gekruist voor LV
- 7 LV tik teen opzij
- 8 Rust
- & LV stap naast RV*

***Restartpunt 3e muur (9)**

S3: ROCK, RECOVER, & HEEL & HEEL &, ROCK, RECOVER, 1/4 CHASSE L

- 1 RV rock voor
- 2 LV gewicht terug
- & RV stap naast LV
- 3 LV tik hak voor
- & LV stap naast RV
- 4 RV tik hak voor
- & RV stap naast LV
- 5 LV rock voor
- 6 RV gewicht terug
- 7 LV 1/4 draai linksom, stap opzij (12)
- & RV stap naast LV
- 8 LV stap opzij

S4: CROSS, 1/4, COASTER STEP, WALK, 1/2, SHUFFLE 1/2

- 1 RV stap gekruist voor LV
- 2 LV 1/4 draai rechtsom, stap achter (3)
- 3 RV stap achter
- & LV stap naast RV
- 4 RV stap voor
- 5 LV stap voor
- 6 RV 1/2 draai linksom, stap achter (9)
- 7 LV 1/2 draai linksom, stap voor (3)
- & RV stap naast LV
- 8 LV stap voor

Begin opnieuw

Bridge 1 - 8 conts:

Brug 1 kommt na de 5e (3) en 8e (12) muur.

ROCK, RECOVER, R COASTER STEP, ROCK, RECOVER, L COASTER STEP

- 1 RV rock voor
- 2 LV gewicht terug
- 3 RV stap achter
- & LV stap naast RV
- 4 RV stap voor
- 5 LV rock voor
- 6 RV gewicht terug
- 7 LV stap achter
- & RV stap naast LV
- 8 LV stap voor

Bridge 2 - 4 counts:

Brug 2 komt in de 9e muur na het 2e blokje (3).

STOMP R, HOLD, STOMP L, HOLD

- 1 RV stamp voor
- 2 Rust
- 3 LV stamp voor
- 4 Rust

Begin hierna de dans opnieuw.

Einde:

De laatste (12e) muur begint op 09.00 uur.

Doe de hele dans en dan RV stamp voor (12)