

# Out & Jump

Difficulté: Improver  
Type: Phrased, 4 murs, 32 counts  
Chorégraphie: Rep Ghazali (Scotland) juin 2010  
Musique: Jump Into My Bed par Lou Bega (130bpm)  
Intro : 32 temps, commencer avec les paroles  
Sequence : A,A,A,B,A,A,A,B,A,A,A,B



**FRIBOURG**  
**Line Dancing**

Tél : 079/ 678 41 11  
E mail: [info@stompin-feet.ch](mailto:info@stompin-feet.ch)

## Part A: 32 Temps:

### Right Chasse, Cross Rock-Recover, Left Chasse, Cross-1/4 Turn Right

- 1&2 Pas droit à droite, pas gauche près du pied gauche, pas droit à droite  
3-4 Croiser le pied gauche devant le pied droit, revenir sur le pied droit  
5&6 Pas gauche à gauche, pas droit près du pied gauche, pas gauche à gauche  
7-8 Croiser le pied droit devant le pied gauche, pivoter 1/4 de tour à droite et pas gauche derrière (3 :00)

### Rock Back-Recover, Triple 1/2 Turn, 1/4 Turn-Together, Left Shuffle Fwd

- 1-2 Rock le pied droit derrière, revenir sur le pied gauche  
3&4 1/2 tour à gauche avec un triple pas sur place -droit-gauche-droit (9 :00)  
5-6 Pivoter 1/4 de tour à gauche et pas gauche à gauche, pas droit près du pied gauche (6 :00)  
7&8 Pas gauche devant, pas droit près du pied gauche, pas gauche devant

### Right Rocking Chair, Right Shuffle Fwd, Cross 1/4 Turn

- 1-2 Pas droit devant, revenir sur le pied gauche  
3-4 Rock le pied droit derrière, revenir sur le pied gauche  
5&6 Pas droit devant, pas gauche près du pied droit, pas droit devant  
7-8 Croiser le pied gauche devant le pied droit, pivoter 1/4 de tour à gauche et pas droit derrière (3 :00)

### Side-Hold, And-Side-Rock-Recover, Behind-Side-Cross, Side Rock-Recover

- 1-2 Pas gauche à gauche (ou stomp le pied gauche à gauche), pause  
&3-4 Pas droit près du pied gauche, rock le pied gauche à gauche, revenir sur le pied droit  
5&6 Pas gauche derrière le pied droit, pas droit à droite, croiser le pied gauche devant le pied droit  
7-8 Rock le pied droit à droite, revenir sur le pied gauche et flick le pied droit derrière (3 :00)

## Part B : 32 Temps: Commencer chaque fois face à 9:00 et termine face à 12:00

### Out-Hold, Out-Hold, Right And Left Shuffle Back

- 1-2 Pas droit devant et vers la diagonale droit, pause  
3-4 Pas gauche devant et vers la diagonale gauche (largeur des épaules), pause  
5&6 Shuffle en arrière vers la diagonale droite -droit, gauche, droit  
7&8 Shuffle en arrière vers la diagonale gauche -gauche, droit, gauche

### Jump Back-Hold, Jump Back-Hold, Right And Left Toe Struts

- 1-2 Sur les deux pieds un petit saut en arrière, pause  
3-4 Sur les deux pieds un petit saut en arrière, pause  
*Option : Pas 1-4 : Pas droit derrière, pause, pas gauche derrière, pause*  
5-6 Toucher la pointe droite devant, déposer le talon par terre  
7-8 Toucher la pointe gauche devant, déposer le talon par terre

### Jump Back-Hold, Jump Back-Hold, Right And Left Toe Struts

- 1-2 Sur les deux pieds un petit saut en arrière, pause  
3-4 Sur les deux pieds un petit saut en arrière, pause  
*Option : Pas 1-4 : Pas droit derrière, pause, pas gauche derrière, pause*  
5-6 Toucher la pointe droite devant, déposer le talon par terre  
7-8 Toucher le pointe gauche devant, déposer le talon par terre

### Jump Back-Hold, Jump Back-Hold, Forward Toe Strut, 1/4 Turn Toe Strut

- 1-2 Sur les deux pieds un petit saut en arrière, pause  
3-4 Sur les deux pieds un petit saut en arrière, pause  
*Option : Pas 1-4 : Pas droit derrière, pause, pas gauche derrière, pause*  
5-6 Toucher la pointe droite devant, déposer le talon par terre  
7-8 Pivoter 1/4 de tour à droite et toucher la pointe gauche derrière, déposer le talon gauche par terre