



MIXED UP

(Mars 2014)

Chorégraphe : Pat Stott (UK) patstott1@hotmail.co.uk - dizzyc71@hotmail.com
 Type : ligne, 2 murs, 64 temps, 78 comptes, 0 pause, 0 Tag, 0 Restart, 1 Final
 Niveau : Intermédiaire
 Traduction : Justine Bridu (avec l'aide de Google Translator)
 Vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=XVyxHWpt00o>
 Musique : Little Mix – Word Up – Sports Relief official Charity track 2014 amazoncouk amazoncom
 Intro: 16 Comptes à partir du battement principal: commencer après 23" du début du morceau
 Note : Danse chorégraphiée sur la musique de la vidéo officielle sur YouTube - <http://youtu.be/e9zc9fgVKLA>

SECTION	COMPTE	DESCRIPTION DES PAS	PHRASE	MUR
1	<u>1 À 8 WALK FORWARD R,L, SHUFFLE FWD, STEP ½ TURN, L KICK BALL CHANGE</u>			
	1-3&4	WALK D – WALK G (avec attitude) – TRIPLE avant D,G,D	WALK-WALK-TRIPLE AVANT	12:00
	5-6	PG devant – Pivot 1/2 Tr à D	STEP - TURN	06:00
	7&8	KICK G devant – Plante du PG à côté du PD – PD sur place	KICK BALL CHANGE	06:00
2	<u>9 à 16 L CROSS SAMBA, R CROSS SAMBA, L JAZZ BOX ¼ TURN (L), TOUCH</u>			
	1&2	Croiser en SAMBA CROSS PG devant PD – ROCK STEP à D	CROSS SAMBA	06:00
	3&4	Croiser en SAMBA CROSS PD devant PG – ROCK STEP à G	CROSS SAMBA	06:00
	5-8	Croiser PG devant PD – PD arrière – 1/4 Tr à G avec PG devant – TOUCH D à côté du PG	JAZZ BOX ¼ - TOUCH	03:00
3	<u>17 À 24 STEP SLIDE, TOUCH KICKBALL CROSS, STEP SLIDE, TOUCH KICKBALL STOMP FWD</u>			
	1-2	PD à D – Glisser G en TOUCH G (option : SNAKE ROLL/BODY ROLL du haut du corps vers la D)	SIDE TOUCH	03:00
	3&4	KICK G – Plante G à côté du PD – CROSS D devant G	KICK BALL CROSS	03:00
	5-6	PG à G – Glisser D en TOUCH G (option : SNAKE ROLL/BODY ROLL du haut du corps vers la G)	SIDE TOUCH	03:00
	7&8	KICK D – Plante D à côté du PG – STOMP G devant	KICK BALL STOMP	03:00
4	<u>25 à 32 R FWD ROCK RECOVER, SHUFFLE ½, STEP PIVOT ¼, CROSS SHUFFLE</u>			
	1-3&4	ROCK STEP avant D – TRIPLE 1/2 Tr à D D,G,D	ROCK STEP – TRIPLE 1/2	09:00
	5-6	PG devant – Pivot 1/4 Tr à D	STEP – 1/4	12:00
	7&8	Croiser PG devant PD – PD à D - Croiser PG devant PD	CROSS – SIDE - CROSS	12:00
	<i>Alternative: remplacer les pas 3&4 par 1 ½ Triple D</i>			
5	<u>33 à 40 SIDE TOUCH, TURN 1/8 TOUCH, SIDE TOUCH, TURN 1/8 TOUCH</u>			
	1-2	PD à D – TOUCH G (balancer les bras en l'air, de G à D en cliquant des doigts)	SIDE - TOUCH	12:00
	3-4	1/8 Tr à G avec PG à G – TOUCH D (balancer les bras en l'air, de D à G en cliquant des doigts)	DIAG - TOUCH	10:30
	5-8	Idem 1 à 4		09:00
6	<u>41 à 48 LUNGE/PRESS R, TURN 3/4 L ON L, WALK BACK R, L, COASTER STEP, WALK FORWARD L, R</u>			
	1-2	LUNGE et PRESS D en préparant un tour par une torsion du corps à D – HITCH D en tournant de 3/4 Tr à G sur le PG	LUNGE - TURNHITCH	12:00
	3-5&6	PD arrière – PG arrière – PD arrière – PG à côté du PD – PD devant	BACK-BACK- COASTER STEP	12:00
	7-8	WALK G – WALK D	WALK - WALK	12:00
7	<u>49 à 56 MAMBO FORWARD, TOUCH BACK, TURN 1/4 R, TWIST L, STEP, HALF PIVOT</u>			
	1&2	ROCK STEP avant G – PG arrière	MAMBO avant	12:00
	3-4	Pointer D arrière - 1/4 Tr à D avec transfert pdc sur D	POINTE & 1/4	03:00
	5-6	Pivoter 1/4 Tr à G avec transfert pdc sur G – PD devant	¼ - WALK	12:00
	7-8	PG devant – PIVOT ½ Tr à D avec transfert pdc sur D	STEP - TURN	06:00
8	<u>57 À 64 STOMP, STOMP, APPLEJACKS, 2 HEEL SWITCHES, BIG STEP FORWARD, CLOSE L TO R</u>			
	1-2	STOMP avant G – STOMP D à côté du PG, légèrement écarté	STOMP - STOMP	06:00
	&3&4	Pdc sur talon G & plante D, pivoter pointe G à G et le talon D à l'intérieur – revenir au centre – Pdc sur talon D & plante G, pivoter pointe D à D & talon G à l'intérieur – revenir au centre	APPLE JACKS	06:00
	5&6&	2 HEEL SWITCHES : Talon D devant – Rassembler – Talon G devant - Rassembler	HEEL & HEEL &	06:00
	7-8	Grand PD avant (en se penchant légèrement en arrière) – Rassembler PG à côté du PD (en se redressant)	BIG STEP - CLOSE	06:00
FINAL	Après les “Cross shuffle” (CROSS SIDE CROSS), Croiser PD devant PG – dérouler vers le mur de face (12:00)			

Mixed Up



Count: 64 **Wall:** 2 **Level:** Intermediate
Choreographer: Pat Stott (UK) Carrie Ann Green (Almeria, Spain) March 2014
Music: Little Mix – Word Up – Sports Relief official Charity track 2014

Dance Choreographed from the music on the official video on YouTube -
<http://youtu.be/e9zc9fgVKLA>

16 Count intro from main beat, commence after 23 seconds from start of track.- No Tags, No Restarts

Section 1: Walk Forward R,L, Shuffle Fwd, Step ½ Turn, L Kick Ball Change

1-2 Walk fwd R, Walk fwd L,(with attitude!)
3&4 Shuffle fwd R, (R,L,R)
5-6 Step L fwd pivot ½ turn R, (6.00)
7&8 Kick L forward, step on L ball beside R, step R in place

Section 2: L Cross Samba, R Cross Samba, L Jazz box ¼ turn (L), touch

1&2 L Cross Samba Cross Left Over Right, Rock Right to Right Side, Recover on Left
3&4 R Cross Samba Cross Right Over Left, Rock Left to Left Side, Recover on Right
5-6 Cross Left over Right. Step Right back
7-8 Make 1/4 turn Left stepping Left forward, touch Right next to Left (3.00)

Section 3: Step Slide, Touch Kickball Cross, Step Slide, Touch Kickball Stomp Fwd

1,2 3&4 Step to right, slide L touch L (optional snake roll/upper body roll to R) , Kick L, ball, cross
5&6 7&8 Step to Left, slide R touch R (optional snake roll/upper body roll to L) Kick R, ball, stomp forward L

Section 4: R Fwd Rock Recover, Shuffle ½ , Step pivot ¼ , Cross Shuffle

1-2 Fwd Rock on R recover L
3&4 shuffle 1/2 turn right - R,L,R, (9.00)
5-6 Step forward on left, 1/4 pivot right (12.00)
7&8 Cross Left in front of Right, Step Right to Right side, Cross Left in front of Right

Alternative: replace steps 3&4 with 1 & 1/2 triple right

Section 5: Side Touch, Turn 1/8 Touch, Side Touch, Turn 1/8 Touch

1-4 Step R To right, touch L,(arms wave in air L to R, click fingers), 1/8th turn L stepping to left Side Touch R (Arms wave in air R to L, click fingers)
5-8 Step R , touch L (Arms wave in air L to R, click fingers) , 1/8th turn L stepping left to left, Touch R (Arms wave in air R to L, click fingers) (9.00)

Section 6: Lunge/press right, turn 3/4 left on left, walk back right, left, coaster step, walk

forward left, right

1-2 Lunge and press to right (prepare for turn with a body twist to right, hitch right and turn on left foot 3/4 left (12.00)
3-4 step back on right, step back on left
5&6 Step back on right, close left to right, forward on right
7-8 Walk forward - left,right

Section 7: Mambo forward, touch back, turn 1/4 right, twist left, step, half pivot

1&2 Rock forward on Left. Recover onto Right. Step back on Left
3-4 Touch right toe back, Reverse 1/4 right transferring weight to right (3.00)
5-6 Twist 1/4 left transferring weight to L, step forward on right (12.00)
7-8 Step forward on left, 1/2 pivot right transferring weight to right (6.00)

Section 8: Stomp, stomp, applejacks, 2 heel switches, big step forward, close left to right

1-2 Stomp fwd left, stomp right next left slightly apart
& 3 Weight on heel of left, ball of right - left toes to left & right heel in, centre up
& 4 Weight on heel of right, ball of left - right toes to right & left heel in, centre up
5&6& 2 heel switches - right heel fwd, close, left heel fwd, close
7-8 Big step forward on right (lean back slightly), close left to right(straighten up)

End of dance: After cross shuffle, Cross R over L, unwind to face front wall.

Contacts: patstott1@hotmail.co.uk - dizzyc71@hotmail.com