



# FAR WEST COUNTRY DANCE

Association loi 1901 - Siège social Mairie Aiglun, 04510 Aiglun

Site web : [www.farwestcountrydance.wordpress.com](http://www.farwestcountrydance.wordpress.com)



## SETTLE DOWN



### Infos :

Danse en ligne, 80 temps, 4 murs, Niveau INTERMEDIAIRE

### Musique :

"Settle down" par THE Mc CLYMONTS (2-Step)

### Chorégraphe :

Syndie BERGER (Octobre 2011)

### Sources/Traduction :

Fiche de la chorégraphe

### Comment la danser :

Démarrage après 32 temps (rapides) . 5 TAGS, 3 RESTARTS.

Fin de danse = Finir STOMP PD devant , face mur 12:00

### S.1 HEEL ROCK STEP – HEEL ROCK STEP ¼ TURN – ROCK BACK – STOMP TWICE

- 1-2 ROCK STEP Talon PD devant – Revenir sur PG  
3-4 ROCK STEP talon PD devant avec ¼ de tour à D – Revenir sur PG (mur 3:00)  
5-6 (en sautant) ROCK STEP PD derrière avec KICK PG devant – Revenir sur PG  
7-8 STOMP PD légèrement devant – STOMP PG à côté PD (appui final sur PG)

### S.2 CROSS ROCK+HOOK - KICK X2 - CROSS ROCK+HOOK - STOMP - PIGEON TOED R

- 1 (en sautant) ROCK STEP PD croisé devant PG + HOOK PG derrière jambe D  
2 Revenir sur PG + KICK PD devant  
3 (en sautant) Poser PD à D en faisant KICK PG devant  
4 ROCK STEP PG croisé devant PD + HOOK D derrière jambe G  
5 STOMP PD un peu à D  
6-7-8 (en se déplaçant à D) Ouvrir les pointes vers l'extérieur – Fermer– Ouvrir (appui final sur PD)

### S.3 SLOW VAUDEVILLE LEFT – CROSS-SIDE – KICK – STOMP UP

- 1-2-3-4 Croiser PG devant PD - PD à D - Talon G en diag. avant G ↖ – PG à G  
5-6-7-8 Croiser PD devant PG - PG à G - KICK PD devant – STOMP UP D à côté PG

### S.4 FLICK ¼T – STOMP UP – KICK – STOMP UP – FLICK ¼T – STOMP UP – ROCK BACK

- 1-2 Lever jambe D vers l'extérieur en faisant ¼ de tour à D – STOMP UP D à côté PG (mur 6:00)  
3-4 KICK D en avant – STOMP UP D à côté PG  
5-6 Lever jambe D vers l'extérieur en faisant ¼ de tour à D – STOMP UP D à côté PG (mur 9:00)  
7-8 (en sautant) ROCK STEP PD en arrière en faisant KICK G – Revenir sur PG

\* **RESTART : Au 6ème mur, reprendre la danse du début à partir d'ici.** \*

### S.5 DIAG. STEP-LOCK-STEP – STOMP UP – DIAG. STEP BACK & STOMP UP TWICE

- 1-2 Avancer PD en diagonale avant D ↗ - Croiser (lock) PG derrière PD  
3-4 Avancer PD en diagonale avant D ↗ - STOMP UP G légèrement derrière PD  
5-6 Reculer PG en diagonale arrière G ↙ - STOMP UP D à côté PG  
7-8 Reculer PD en diagonale arrière D ↘ - STOMP UP G à côté PD

### S.6 DIAG. STEP-LOCK-STEP & STOMP– DIAG. STEP BACK & STOMP - HEEL/TOE TOUCH

- 1-2 Avancer PG en diagonale avant G ↖ – Croiser (lock) PD derrière PG  
3-4 Avancer PG en diagonale avant G ↖ – STOMP UP D légèrement derrière PG  
5-6 Reculer PD en diagonale arrière D ↘ – STOMP UP G à côté PD  
7-8 Talon G touche devant – Pointe PG derrière

"SETTLE DOWN" suite de la danse ->

### **S.7 LEFT VINE – SCUFF – STEP ½ TURN TWICE**

- 1-2-3-4 VINE à G + petit SCUFF PD vers l'avant  
5-6 PD devant – Pivoter ½ tour à G (appui final PG) (mur 3:00)  
7-8 PD devant – Pivoter ½ tour à G (appui final PG) (mur 9:00)

--> Variante possible sur la VINE à G qui peut être remplacée par une ROLLING VINE...

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

- 1-2 Avancer sur talon D en avant (out) – Avancer sur talon G à G (out)  
3-4 Revenir au centre sur PD (in) – Poser PG à côté PD (in)  
5-6 SWIVET = Pivoter talon G vers la G et pointe D vers la D – Revenir au centre  
7-8 SWIVET = Pivoter pointe G vers la G et talon D vers la D – Revenir au centre (appui final G)

**\*\* RESTART : Au 7ème mur, reprendre la danse du début à partir d'ici. \*\***

### **S.9 CROSS ROCKING CHAIR WITH HOOK & FLICK TWICE**

- 1-2 (en sautant) ROCK PD croisé devant PG + HOOK G derrière jambe D – Revenir sur G + KICK D devant  
3-4 (en sautant) ROCK PD en arrière en faisant KICK G devant – Revenir sur PG  
5-6 (en sautant) ROCK PD croisé devant PG + HOOK G derrière jambe D – Revenir sur G + KICK D devant  
7-8 (en sautant) ROCK PD en arrière en faisant KICK G devant – Revenir sur PG

--> Sur cette section de ROCK croisés le corps est légèrement tourné vers la diagonale

--> Sur les KICK G devant (comptes 3 et 7), on peut se tenir le chapeau + salut

**\*\*\* RESTART : Au 4ème mur, reprendre la danse du début à partir d'ici \*\*\***

### **S.10 CROSS ROCK/HOOK – KICK X2 – CROSS ROCK/HOOK – KICK – FLICK - STOMP X2**

- 1 (en sautant) ROCK STEP D croisé devant PG + HOOK G derrière jambe D  
2 (en sautant) Revenir sur PG et KICK D en avant  
3 (en sautant) Poser PD à D en faisant KICK G en avant  
4 (en sautant) ROCK STEP G croisé devant PD + HOOK D derrière jambe G  
5 (en sautant) Revenir sur PD et KICK G en avant  
6 Poser PG à G + FLICK jambe D en arrière  
7-8 STOMP UP PD à côté PG , 2 fois (appui final sur PG , mur 9:00)

**TAG à la fin des 3ème et 5ème murs,** répétez 1 fois les sections 9 & 10.

**TAG à la fin du 8ème mur,** répétez 3 fois les sections 9 & 10 (elles sont donc faites 4 fois)

**RESTART au 4ème mur après 72 temps (fin section 9),** reprendre la danse du début.

**RESTART au 6ème mur après 32 temps (fin section 4),** reprendre la danse du début.

**RESTART au 7ème mur après 64 temps (fin section 8),** reprendre la danse du début.

**FIN à la fin du 8ème mur, après le grand tag,** finir STOMP PD en avant (mur 12:00).



*Allez on s'accroche on respire on s'éclate et on danse !!*

