



DOUBLE UP

Chorégraphe(s) : Amy Glass & Darren Bailey
(Octobre 2025)

Musique : 2 Is Better Than 1 de Louis II

Niveau : Intermédiaire - 64 Comptes - 2 Murs

1 Tag (Répété 4 fois) - 1 Restart

<http://country-nationale7.wixsite.com/-country-nationale7>

Intro : 32 Comptes

(1-8) BACK, DRAG, BALL, STEP, 1/4 LEFT SIDE, DRAG, BEHIND, SIDE, CROSS

1-2&	Grand Pas PD Derrière (1), Ramener PG Vers PD (2), Poser PG à côté PD (&)	12H00
3-4	Poser PD Devant (3), Poser PG Devant (4)	
5-6	Faire 1/4 Tour à Gauche et Grand Pas PD à Droite (5), Ramener PG Vers PG (6)	09H00
7&8	Croiser PG Derrière PD (7), Poser PD à Droite (&), Croiser PG Devant PD (8)	

(9-16) ROCK, RECOVER 1/4 LEFT, SHUFFLE 1/2 LEFT, BACK, BACK, COASTER STEP

1-2	Poser PD à Droite (1), Faire 1/4 Tour à Gauche et Mettre PDC sur PG (2)	06H00
3&4	Faire 1/2 Tour à Gauche en Posant PD Derrière (3), Poser PG à côté PD (&), Poser PD Derrière (4)	12H00
5-6	Poser PG Derrière en Pliant Genou Droit (5), Poser PD Derrière en Pliant Genou Gauche (6)	
7&8	Poser PG Derrière (7), Poser PD à côté PG (&), Poser PG Devant (8)	

(17-24) OUT, OUT, HOLD, SWAY RIGHT, SWAY LEFT, BALL, ROCK, RECOVER, BEHIND, SIDE, CROSS

&1-2	Poser PD à Droite (&), Poser PG à Gauche (1), Pause (2)	
3-4&	Sway à Droite (3), Sway à Gauche (4), Poser PD à côté PG (&)	
5-6	Poser PG à Gauche (5), Ramener PDC sur PD (6)	
7&8	Croiser PG Derrière PD (7), Poser PD à Droite (&), Croiser PG Devant PD (8)	

(25-32) SIDE, CLOSE, HOLD, TWIST RIGHT, TWIST LEFT, BALL, CROSS, 1/4 LEFT, 1/2 LEFT, LEFT SAILOR STEP (INTO STEP LOCK)

&1-2	Faire 1/8 Tour à Gauche en Posant PD à Droite (&), Poser PG à côté PD (1), Pause (2)	10H30
3-4	Pivoter Talons des Pieds à Droite (3), Ramener Talons des Pieds au Centre et PDC sur PD (4)	
&5-6	Ramener PDC sur PG (&), Faire 1/8 Tour à Droite et Croiser PD Devant PG (5), Faire 1/4 Tour à Gauche en Posant PG Devant (6)	09H00
7-8&	Faire 1/2 Tour à Gauche en Posant PD Derrière (7), Poser PG à côté PD (&), Poser PD à Droite (8)	

(33-40) STEP, LOCK, STEP, LOCK, STEP (ALL TO LEFT DIAGONAL), STEP ? LOCK, STEP, LOCK, STEP (ALL TO RIGHT DIAGONAL)

1-2	Poser PG en Diagonale Avant Gauche (1), Poser PD Locké Derrière PG (2)	
3&4	Poser PG en Diagonale Avant Gauche (3), Poser PD Locké Derrière PG (&), Poser PG en Diagonale Avant Gauche (4)	
5-6	Poser PD en Diagonale Avant Droite (5), Poser PG Locké Derrière PD (6)	
7&8	Poser PD en Diagonale Avant Droite (7), Poser PG Locké Derrière PD (&), Poser PD en Diagonale Avant Droite (8)	

(41-48) CROSS, BACK 1/4 LEFT, LEFT SHUFFLE, 1/4 RIGHT, EXTENDED CROSS SHUFFLE RIGHT		
1-2	Croiser PG Devant PD (1), Faire 1/4 Tour à Gauche en Posant PD Derrière (2)	12H00
3&4	Poser PG à Gauche (3), Poser PD à côté PG (&), Poser PG à Gauche (4)	
5-6&	Faire 1/4 Tour à Gauche en Posant PD à Droite (5), Croiser PG Devant PD (6), Poser PD à Droite (&)	09H00
7&8	Croiser PG Devant PD (7), Poser PD à Droite (&), Croiser PG Devant PD (8)	

(49-56) ROCK, RECOVER, RIGHT SAILOR 1/4 RIGHT, STEP, PIVOT 1/2 RIGHT, STEP, KICK		
1-2	Poser PD à Droite (1), Ramener PDC sur PG (2)	
3&4	Faire 1/4 Tour à Droite en Croisant PD Derrière PG (3), Poser PG à Gauche (&), Poser PD Devant (4)	12H00
5-6	Poser PG Devant (5), Faire 1/2 Tour à Droite en Mettant PDC sur PD (6)	06H00
7-8	Poser PG Devant (7), Kick PD Devant (8)	

RESTART Ici au 2ème Mur face à 12H00

(57-64) BACK, TOUCH BACK, STEP, 1/2 LEFT HITCH, BACK, MASCHED POTATOES BACK (LEFT-RIGHT-LEFT)		
1-2	Poser PD Derrière (1), Toucher Pointe PG Derrière (2)	
3-4	Poser PG Devant (3), Faire 1/2 Tour à Gauche et Hitch Genou Droit (4)	12H00
5-6&	Poser PD Derrière (5), Poser PG Derrière en Twistant les Talons Vers l'Intérieur (6), Twister les Talons Vers l'Extérieur (&)	
7&8	Poser PD Derrière en Twistant les Talons Vers l'Intérieur (7), Twister les Talons Vers l'Extérieur (&), Poser PG Derrière en Twistant les Talons Vers l'Intérieur (8)	

OPTION SIMPLE : Sur les Comptes 6-7-8 Reculer de 3 Pas (PG-PD-PG)

TAG de 16 Comptes à la fin du Mur 1 et 3 face à 12H00 et Doublé au Mur 4 face à 06H00

(1-8) BACK, HOLD, ROCK, RECOVER, STEP, SPIRAL FULL TURN RIGHT, WALK RIGHT, WALK LEFT		
1-2	Poser PD Derrière (1), Pause (2)	12H00
3-4	Poser PG Derrière (3), Ramener PDC sur PD (4)	
5-6	Poser PG Devant (5), Faire une Spirale sur PG (6)	
7-8	Poser PD Devant (7), Poser PG Devant (8)	

(9-16) STEP, SWEEP 1/4 RIGHT, CROSS, 1/4 LEFT, 1/2 LEFT, ROCK RECOVER, BACK SHUFFLE		
1-2	Poser PD Devant (1), Faire 1/4 Tour à Droite et Sweep PG de l'Arrière Vers l'Avant (2)	03H00
3-4	Croiser PG Devant PD (3), Faire 1/4 Tour à Gauche en Posant PD Derrière (4)	12H00
5-6	Faire 1/2 Tour à Gauche en Posant PG Devant (5), Ramener PDC sur PD (6)	06H00
7&8	Poser PG Derrière (7), Poser PD à côté PG (&), Poser PG Derrière (8)	

😊 RECOMMENCEZ ET GARDEZ LE SOURIRE 😊