



Keep Me Up

Choreographed by Belén Márquez/Octubre2015

Description: 64 count, 4 wall, Improver line dance

Música: **She Keeps Me Up** by Nickelback

Start Dancing on Lyrics

STEPS FORWARD, ANCHOR STEP, STEPS BACK WITH SWEEP, SAILOR STEP ¼ LEFT

- 1-2 Paso derecho delante, Paso izquierdo delante
- 3&4 Cross rock derecho tras izquierdo, cambio de peso al izquierdo, cambio de peso al derecho
- 5-6 Paso izquierdo atrás haciendo sweep de delante hacia atrás, paso derecho atrás haciendo sweep de delante hacia atrás
- 7&8 Giro ¼ a la izquierda cruzando izquierdo tras derecho, paso derecho al lado, paso izquierdo al lado

SWAY RIGHT & LEFT, CHASSE RIGHT, SWAY LEFT & RIGHT, CHASSE LEFT

- 1-2 Sway derecho, Sway izquierdo
- 3&4 Paso derecho al lado, igualamos con izquierdo, paso derecho al lado
- 5-6 Sway izquierdo, Sway derecho
- 7&8 Paso izquierdo al lado, igualamos con derecho, paso izquierdo al lado

TOES TOUCHES, SAILOR STEP ¼ RIGHT, 2 SAILOR STEP (LEFT & RIGHT)

- 1-2 Touch Puntera derecha delante, Touch puntera derecha al lado
- 3&4 Giro ¼ a la derecha cruzando derecho tras izquierdo, paso izquierdo al lado, paso derecho al lado
- 5&6 Cross izquierdo tras derecho, paso derecho al lado, paso izquierdo al lado
- 7&8 Cross derecho tras izquierdo, paso izquierdo al lado paso derecho al lado

CROSS, UNWIND, HIP ROLLS, STEPS BACK

- 1-2 Cross izquierdo tras derecho, unwind de ½ vuelta a la izquierda
- 3-4 Roll cadera a la derecha, volvemos al sitio
- 5-6 Roll cadera a la izquierda, volvemos al sitio
- 7-8 Paso derecho atrás, paso izquierdo atrás

CHASSE RIGHT, CHASSE LEFT ¼ RIGHT, CROSS MAMBO (RIGHT & LEFT)

- 1&2 Paso derecho al lado, igualamos con izquierdo, paso derecho al lado
- 3&4 Giro ¼ a la derecha y paso izquierdo al lado, igualamos con derecha, paso izquierdo al lado
- 5&6 Cross Rock derecho tras izquierdo, cambio de peso al izquierdo, paso derecho al lado
- 7&8 Cross Rock izquierdo tras derecho, cambio de peso al derecho, paso izquierdo al lado

SAILOR STEP ¼ RIGHT, 2 SKATES FORWARD, SHUFFLE FORWARD, MAMBO STEP

- 1&2 Giro ¼ a la derecha cruzando derecho tras izquierdo, paso izquierdo al lado, paso derecho delante
- 3-4 Skate izquierdo, Skate derecho
- 5&6 Paso izquierdo delante, igualamos con derecha, paso izquierdo delante
- 7&8 Rock derecho delante, cambio de peso al izquierdo, paso derecho atrás

2 STEPS BACK, SHUFFLE BACK, 2 STEPS BACK, SHUFFLE BACK

- 1-2 Paso izquierdo atrás, paso derecho atrás
- 3&4 Paso izquierdo atrás, igualamos con derecha, paso izquierdo atrás
- 5-6 Paso derecho atrás, paso izquierdo atrás
- 7&8 Paso derecho atrás, igualamos con izquierdo, paso derecho atrás

SAILOR STEP, SAILOR STEP ¼ RIGHT, SAILOR STEP, CROSS, UNWIND

- 1&2 Cross izquierdo tras derecho, paso derecho al lado, paso izquierdo al lado
- 3&4 Giro ¼ a la derecha cruzando derecho tras izquierdo, paso izquierdo al lado, paso derecho al lado
- 5&6 Cross izquierdo tras derecho, paso derecho al lado, paso izquierdo al lado
- 7-8 Cross derecho sobre izquierdo, unwind de media vuelta a la izquierda

REPEAT