

# DOUBLE XL ( Ouch ! )

Chorégraphes : Peter METELNICK ( Canada ) & Alison BIGGS ( Angleterre ) / juillet 2005

Niveau : Intermédiaire

Danse en ligne - 48 temps + 1 RESTART - 4 murs

Musiques : **XXL - Keith ANDERSON / 128 BPM - introduction 16 + 32 temps**

**It hurts - Lena PHILIPSSON**

**From zero to hero - Sarah CONNOR ( HipHop )**

## **Section 1 LEFT TO SIDE, RIGHT SAILOR, LEFT FORWARD, 1/2 RIGHT PIVOT TURN, LEFT FORWARD, RIGHT KICK BALL STEP**

1 Pas PG côté G

2&3 SAILOR STEP D : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - pas PD côté D

4-5-6 Pas PG avant - PIVOT 1/2 tour D - pas PG avant **6:00**

7&8 KICK BALL STEP D : KICK PD avant - pas BALL PD à côté du PG - pas PG avant

**Keith ANDERSON restart** : Durant le 2ème mur, changer les temps :

7&8 KICK BALL TOUCH : KICK PD avant - pas BALL PD à côté du PG - TAP PG - puis reprendre la danse au début **3:00**

## **Section 2 WALK FORWARD 2, RIGHT SAILOR, LEFT TOUCH BACK, 1/2 LEFT TURN, RIGHT KICK BALL STEP**

1-2 Pas PD avant - pas PG avant

3&4 SAILOR STEP D : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - pas PD côté D

5-6 TOUCH pointe PG arrière - 1/2 tour G ( appui PG ) **12:00**

7&8 KICK BALL STEP D : KICK PD avant - pas BALL PD à côté du PG - pas PG avant

**Lena PHILIPSSON restart** : Durant le 3ème mur, changer les temps :

7&8 KICK BALL TOUCH : KICK PD avant - pas BALL PD à côté du PG - TAP PG - puis reprendre la danse au début **6:00**

## **Section 3 SYNCOPATED FORWARD RIGHT & LEFT ROCK STEPS, LEFT FULL TRAVELING BACK, 1/4 LEFT SHUFFLE**

1-2 ROCK STEP D avant - revenir sur PG arrière

**Sarah CONNOR restart** : Durant le 7ème mur, **6:00** ( après le ROCK STEP ) ajouter :

8&3-4 pas PD arrière, pas PG à côté du PD ( appui PD ) - HOLD - puis reprendre la danse au début

8&3-4 SWITCH : pas PD à côté du PG - ROCK STEP G avant - revenir sur PD arrière

5-6 1/2 tour G & pas PG avant - 1/2 tour G & pas PD arrière **12:00**

7&8 SHUFFLE G latéral : 1/4 de tour G & pas PG côté G - pas PD à côté du PG - pas PG côté G **9:00**

## **Section 4 RIGHT JAZZ BOX-BALL-CROSS, RIGHT TO SIDE, 1/4 LEFT COASTER, RIGHT FORWARD (EXTENDED 5TH), 1/2 RIGHT & LEFT BACK**

1-2 CROSS PD devant PG - pas PG arrière

8&3-4 SWITCH : pas PD côté D - CROSS PG devant PD - pas PD côté D

5&6 COASTER STEP G : 1/4 de tour G & reculer BALL PG - reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant **6:00**

7-8 Pas PD avant ( 5ème étendue ) - 1/2 tour D & pas PG arrière **12:00**

## **Section 5 RIGHT COASTER HEEL, BALL CROSS POINT, RIGHT SAILOR, 1/4 LEFT SAILOR**

1&2 COASTER HEEL D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - TOUCH talon D avant

8&3-4 Reculer BALL PD - CROSS PG devant PD - TOUCH pointe PD côté D

5&6 SAILOR STEP D : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - pas PD côté D

7&8 SAILOR STEP G : 1/4 de tour G & CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - pas PG côté G **3:00**

## **Section 6 RIGHT FORWARD, LEFT SIDE POINT, RIGHT SIDE SWITCH & HOLD, LEFT TOGETHER, RIGHT TO SIDE, LEFT CROSS OVER, RIGHT SCISSOR**

1-2 Pas PD avant - TOUCH pointe PG côté G

8&3-4 SWITCH : pas PG à côté du PD - pas PD côté D - HOLD

8&5-6 SWITCH : pas PG à côté du PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD

7&8 Pas PD côté D - pas PG à côté du PD - CROSS PD devant PG

# Double XL (Ouch!)

**Choreographed** by Peter Metelnick & Alison Biggs

**Description** : 48 count, 4 wall, line dance

**Musique** : **XXL** by Keith Anderson [ECS/WCS]

**It Hurts** by Lena Philipsson

**From Zero To Hero** by Sarah Connor [HipHop / CD: [Robots](#)]

## 1-8 LEFT TO SIDE, RIGHT SAILOR, LEFT FORWARD, ½ RIGHT PIVOT TURN, LEFT FORWARD, RIGHT KICK BALL STEP

- 1 Step left to side
- 2&3 Cross step right behind left, step left to side, step right to side
- 4-6 Step left forward, pivot ½ right, step left forward
- 7&8 Kick right forward, step right together, step left forward

**Anderson restart** : during the 2nd time through the dance, change counts 7&8 to right kick ball touch left together. Restart the dance (you will be facing right side wall)

## 9-16 WALK FORWARD 2, RIGHT SAILOR, LEFT TOUCH BACK, ½ LEFT TURN, RIGHT KICK BALL STEP

- 1-2 Step right forward, step left forward
- 3&4 Cross step right behind left, step left to side, step right to side
- 5-6 Touch left toes back, unwind ½ left putting weight on left
- 7&8 Kick right forward, step right together, step left forward

**Philipsson restart** : during the 3rd time through the dance, change counts 7&8 to right kick ball touch left together, restart the dance (you will be facing back wall)

## 17-24 SYNCOPATED FORWARD RIGHT & LEFT ROCK STEPS, LEFT FULL TRAVELING BACK, ¼ LEFT SHUFFLE

- 1-2 Rock right forward, recover weight on left
- Connor restart** : during 7th time through dance (starts facing back wall) after the rock recover above, add &3-4: step right back, touch left together hold with weight on right & start dance again
- &3-4 Step right back, rock left forward, recover weight on right
- 5-6 Turning ½ left step left forward, turning ½ left step right back
- 7&8 Turning ¼ left step left to side, step right together, step left to side

## 25-32 RIGHT JAZZ BOX-BALL-CROSS, RIGHT TO SIDE, ¼ LEFT COASTER, RIGHT FORWARD (EXTENDED 5TH), ½ RIGHT & LEFT BACK

- 1-2 Cross step right over left, step left back
- &3-4 Step right to side, cross step left over right, step right to side
- 5&6 Turning ¼ left step left back, step right together, step left forward
- 7-8 Step right forward in extended 5th, turning ½ right step left back

## 33-40 RIGHT COASTER HEEL, BALL CROSS POINT, RIGHT SAILOR, ¼ LEFT SAILOR

- 1&2 Step right back, step left together, touch right heel forward
- &3-4 Step right back, cross step left over right, touch right toes to side
- 5&6 Cross step right behind left, step left to side, step right to side
- 7&8 Turning ¼ left step left behind right, step right to side, step left to side

## 41-48 RIGHT FORWARD, LEFT SIDE POINT, RIGHT SIDE SWITCH & HOLD, LEFT TOGETHER, RIGHT TO SIDE, LEFT CROSS OVER, RIGHT SCISSOR

- 1-2 Step right forward, touch left toes to side
- &3-4 Step left together, step right to side, hold
- &5-6 Step left together, step right to side, cross step left over right
- 7&8 Step right to side, step left together, cross step right over left

### RESTART

When dancing to "XXL" by Keith Anderson, during the 2nd time through the dance, dance only the first 8 counts, changing counts 7&8 to right kick ball touch left together. Restart the dance (you will be facing right side wall).

When dancing to "It Hurts" by Lena Philipsson, during the 3rd time through the dance, dance only the first 16 counts, changing counts 7&8 to right kick ball touch left together, restart the dance (you will be facing back wall).

When dancing to "From Zero To Hero" by Sarah Connor, during 7th time through dance (starts facing back wall) after the rock recover on counts 17-18, add &3-4: step right back, touch left together hold with weight on right & start dance again.