

BE STRONG

Dansnr. 220

4-Wall Line dance

Muziek : The Words I Love You – Chris De Burgh
CD : Road To Freedom
Tempo : 114 bpm
Tellen : 32
Choreografie : Audrey Watson (UK)
Vertaling : Jos Slijpen
Niveau : Beginner / Intermediate

Start dans 16 tellen na intro.

DIAGONAL ROCK, RIGHT LOCK STEP, DIAGONAL ROCK, LEFT LOCK STEP

1 RV kruis over LV diagonaal voor
2 Breng gewicht terug op LV
3 RV stap voor
& LV kruis achter RV
4 RV stap voor
Ga daarbij iets diagonaal links naar voor
5 LV kruis over RV diagonaal voor
6 Breng gewicht terug op RV
7 LV stap voor
& RV kruis achter LV
8 LV stap voor

Ga daarbij iets diagonaal rechts naar voor

FORWARD ROCK, ¾ TURN RIGHT, CROSS SIDE, BEHIND, SIDE, CROSS

9 RV stap voor
10 Breng gewicht terug op LV
11&12 Maak ¾ draai rechtsom met R/L/R
13 LV kruis over RV
14 RV stap rechts opzij
15 LV kruis achter RV
& RV stap rechts opzij
16 LV kruis over RV **(09.00 uur)**

ROCK ¼ TURN, FORWARD SHUFFLE, FULL TURN, MAMBO STEP

17 RV stap rechts opzij
18 Maak ¼ draai linksom en zet LV voor
19&20 Shuffle naar voor met R/L/R
21 Maak ½ draai rechtsom en zet LV achter
22 Maak ½ draai rechtsom en zet RV voor
23 LV stap voor
& Breng gewicht terug op RV
24 LV stap naast RV **(06.00 uur)**

BACK, BACK, ½ TURN SHUFFLE, STEP ¼ PIVOT, CROSS ½ TURN

25 RV sleep naar achter
26 LV sleep naar achter
27&28 Maak in de shuffle ½ draai rechtsom met R/L/R
29 LV stap voor
30 LV + RV maak ¼ draai rechtsom
31 LV kruis over RV
& Maak ¼ draai linksom en zet RV achter
32 Maak ¼ draai linksom en zet LV links opzij
(09.00 uur)

1 RV begin opnieuw

TAG

Na de 2^e (06.00 uur) en 5^e (09.00 uur) muur :

CROSS ROCK, RECOVER, BACK ROCK, RECOVER

1 RV kruis over LV
2 Breng gewicht terug op LV
3 RV stap achter
4 Breng gewicht terug op LV