

D & J SWING

PARTNER DANCE

Choreograaf: Doreen Francis

Muziek: Too Much Drink (Not Enough Sleep) – Fantastic Shakers

CD: Greatest Beach & Shag Music Hits

De dans is 56 tellen

BPM: 128

Closed Swing Position. Handen in Cup & Pin Hold.

Passen Heer

TRIPLE 2X, ROCK BACK

1&2 1&2 LRL triple iets voor (LOD)
3&4 3&4 RLR triple op de plaats
5 5 LV rock achter
6 6 RV gewicht terug

TRIPLE 2X, ROCK BACK

7&8 1&2 LRL triple op de plaats

Dame draait onder L-arm Heer. Nu tegenover elkaar. (Two Hand Hold)

9&10 3&4 RLR triple op de plaats
11 5 LV rock achter
12 6 RV gewicht terug

TRIPLE FORWARD 2X, ROCK STEP

Heer LH omhoog RH omlaag

13&14 1&2 LRL triple voor

15&16 3&4 RLR triple voor

(Into Right Hammerlock)

17 5 LV rock voor

18 6 RV gewicht terug

TRIPLE TO RIGHT 2X, WALK BACK 2X

Dame achter Heer, handen los

19&20 1&2 LRL triple iets naar rechts

21&22 3&4 RLR triple iets naar rechts

Binnenste handen vast (Left Open Promenade)

23 5 LV stap achter

24 6 RV stap achter

KICK, STEP, KICK, STEP, SWIVEL

25 1 LV schop voor

26 2 LV stap naast RV

27 3 RV schop voor

28 4 RV stap naast LV

29 5 R&L draai hakken naar links

30 6 R&L draai hakken terug naar midden

KICK, STEP, KICK, STEP, SWIVEL

31 1 LV schop voor

32 2 LV stap naast RV

33 3 RV schop voor

34 4 RV stap naast LV

35 5 R&L draai hakken naar links

36 6 R&L draai hakken terug naar midden

Passen Dame

TRIPLE 2X, ROCK BACK

1&2 RLR triple iets voor (LOD)

3&4 LRL triple op de plaats

5 RV rock achter

6 LV gewicht terug

1/2 TRIPLE TURN, TRIPLE, ROCK BACK

1&2 RLR triple 1/2 rechtsom (RLOD)

3&4 LRL triple op de plaats

5 RV rock achter

6 LV gewicht terug

FULL TRIPLE TURN, ROCK BACK

1&2 RLR triple 1/2 rechtsom

3&4 LRL triple 1/2 rechtsom

5 RV rock achter

6 LV gewicht terug

TRIPLE, 1/2 TRIPLE TURN, WALK BACK 2x

1&2 RLR triple iets naar rechts

3&4 LRL triple 1/2 draai rechtsom

5 RV stap achter

6 LV stap achter

KICK, STEP, KICK, STEP, SWIVEL

1 RV schop voor

2 RV stap naast LV

3 LV schop voor

4 LV stap naast RV

5 L&R draai hakken naar rechts

6 L&R draai hakken terug naar midden

KICK, STEP, KICK, STEP, SWIVEL

1 RV schop voor

2 RV stap naast LV

3 LV schop voor

4 LV stap naast RV

5 L&R draai hakken naar rechts

6 L&R draai hakken terug naar midden

Vervolg “D & J SWING”

TRIPLE FORWARD 2X, ROCK STEP

(Left Open Promenade)

37&38 1&2 LRL triple voor
39&40 3&4 RLR triple voor
41 5 LV rock voor
42 6 RV gewicht terug

TRIPLE STEP, ROCK BACK, TRIPLE STEP, ROCK BACK.

Wissel van plaats met de triple steps 2X

43&44 1&2 LRL triple naar links

Pak LH Dame vast

45 3 RV rock achter
46 4 LV gewicht terug

Heer achter Dame, laat LH Dame los

47&48 5&6 RLR triple naar rechts

Pak RH Dame vast

49 7 LV rock achter
50 8 RV gewicht terug

TRIPLE L, TRIPLE IN PLACE, ROCK BACK

Houd hand Dame vast

51&52 1&2 LRL triple iets naar links

53&54 3&4 RLR triple op de plaats

(Closed Swing Position)

55 5 LV rock achter
56 6 RV gewicht terug

TRIPLE FORWARD 2X, ROCK STEP

1&2 RLR triple voor
3&4 LRL triple voor
5 RV rock voor
6 LV gewicht terug

TRIPLE STEP, ROCK BACK, TRIPLE STEP, ROCK BACK,

1&2 RLR triple naar rechts

3 LV rock achter
4 RV gewicht terug

5&6 LRL triple naar links

7 RV rock achter
8 LV gewicht terug

FULL TRIPLE TURN TO THE RIGHT, ROCK BACK

1&2 RLR triple 1/2 rechtsom

3&4 LRL triple 1/2 rechtsom

5 RV rock achter
6 LV gewicht terug

Begin de dans opnieuw