

I've Been Better (December 2021)

Choreografie : Thomas Malle, Pia Schlichenmaier, Edith Danninger & Dagmar Zieger
Soort dans : 4 muurs lijndans
Niveau : Improver
Tellen : 32
Muziek : I've Been Better - Brad Paisley
Tempo : 105 BPM
Intro : 16 tellen

Side, Back Rock, Lock Step, Rock Step, Shuffle 1/2 Turn L

1 LV stap opzij
2 RV rock achter
3 LV gewicht terug
4 RV stap voor
& LV lock achter RV
5 RV stap voor
6 LV rock voor
7 RV gewicht terug
8 LV 1/4 draai linksom, stap opzij (9)
& RV stap naast LV
1 LV 1/4 draai linksom, stap voor (6)

Cross Point, Sailor 1/4 Turn L, Step, Pivot 1/4 Turn L, Cross Shuffle R

2 RV stap gekruist voor LV
3 LV tik teen opzij
4 LV stap gekruist achter RV
& RV stap opzij
5 LV 1/4 draai linksom, stap voor (3)
6 RV stap voor
7 RV+LV 1/4 pivot turn linksom (12)
8 RV stap gekruist voor LV
& LV stap opzij
1 RV stap gekruist voor LV

Sway 2x, Chasse L, Cross Rock, Chasse R

2 LV stapje opzij, sway heupen links
3 Sway heupen rechts
4 LV stap opzij
& RV stap naast LV
5 LV stap opzij
6 RV rock gekruist voor LV
7 LV gewicht terug
8 RV stap opzij
& LV stap naast RV
1 RV stap opzij

Hold, Together, Side, Hold, Together, 1/4 Step Turn, Step, Pivot 1/2 Turn, Chasse L

2 Rust
& LV stap naast RV
3 RV stap opzij
4 Rust
& LV stap naast RV
5 RV 1/4 draai rechtsom, stap voor (3)
6 LV stap voor
7 LV+RV 1/2 pivot turn rechtsom (9)
8 LV stap opzij
& RV stap naast LV
1 LV stap opzij

Begin opnieuw met tel 2 van het 1e blokje

TAG 4 counts:

Sways 4x

De Tag komt na de muur 2 en muur 6
1-4 Sway heupen L,R,L,R