

KOOL and FRESH

Choreograaf : Mark & Jan Caley (June 2004)
Level : 64 Count, intermediate 4 Wall Line Dance
Vertaling : Wil Bos
Muziek : "Fresh" by Kool and the Gang & Liberty X (117BPM)
CD : DiscoMania
Opmerkingen : (Start On main Vocals - approx 18 seconds into track – 32 count intro)



WALK FORWARD (x2), RIGHT SHUFFLE, SIDE, ROCK, CROSS (x2)

1-2 Loop voor Rechts , Loop voor links
3&4 Rechtse Shuffle naar voor R,L,R
5&6 Rockstep Links opzij, Recover gewicht op rechts, Kruis links over rechts.
7&8 Rockstep rechts opzij, Recover gewicht op links, Kruis rechts over Links

LEFT TRIPLE BACK, 1/2 TURN RIGHT TRIPLE, PIVOT 1/2 TURN RIGHT, SHUFFLE FWD

9&10 Stap LV naar achter, Lock RV voor LV, Stap LV naar achter
11&12 Halve draai linksom Rechts, Links, Rechts
13-14 Stap LV naar voor, 1/2 pivot rechtsom
15&16 Linker Shuffle naar voor (facing 12.00)

SIDE ROCK, CROSS SHUFFLE, TURN 1/2 RIGHT, CROSS SHUFFLE

17- 18 Rock rechts opzij. Gewicht terug op links
19&20 Kruis RV over LV. Stap LV links opzij. Kruis RV over LV.
21- 22 Stap LV naar achter met 1/4 draai rechtsom. Stap RV rechts opzij met 1/4 draai rechtsom
23&24 Kruis RV over LV. Stap LV links opzij. Kruis RV over LV. (facing 6.00)

SIDE ROCK, CROSS SHUFFLE, TURN 1/2 RIGHT, 1/2 TURN RIGHT CHASSE LEFT

25 - 26 Rock rechts opzij. Gewicht terug op links
27&28 Kruis RV over LV. Stap LV links opzij. Kruis RV over LV.
29 - 30 Stap LV naar achter met 1/4 draai rechtsom. Stap RV rechts opzij met 1/4 draai rechtsom
31&32 Maak 1/2 draai rechtsom LV linksopzij, Sluit RV naast LV, LV links opzij (facing 6.00)

MAMBO ROCKS, BACK & FORWARD (x4)

33&34 Rock RV achter LV, Recover gewicht op LV, Zet RV naast LV.
35&36 Rock LV achter RV, Recover gewicht op RV, Zet LV naast RV.
37&38 Kruis RV over LV, Recover gewicht op LV, Zet RV naast LV.
39&40 Kruis LV over RV, Recover gewicht op RV, Zet LV naast RV.

PIVOT 1/2 TURN LEFT, RIGHT SHUFFLE FWD, FULL TURN RIGHT, LEFT SHUFFLE

41-42 Stap naar voor op RV, Maak een 1/2 pivot draai linksom.
43&44 Rechtse Shuffle naar voor.
45-46 Stap LV naar voor met een 1/2 draai rechtsom, OP de ball van LV 1/2 draai rechtsom zet RV voor
(Makkelijk optie is loop links loop rechts)
47&48 Linker Shuffle naar voor.

CROSS & HEEL & CROSS SHUFFLE & HEEL & CROSS, CHASSE LEFT

49&50& Kruis RV over LV, Stap Diagonaal schuin achter, Touch heel RV diagonaal rechts voor, sluit RV naast LV
51&52& Kruis LV over RV, Zet RV rechts opzij, Kruis LV over RV, Stap RV rechts opzij.
53&54 Touch heel LV diagonaal Links voor, Sluit LV naast RV, kruis RV over LV.
55&56 Stap LV links opzij, Sluit RV naast LV, Stap LV links opzij.

CROSS, BACK, TRIPLE TURN 1/4 RIGHT, CROSS, BACK, TRIPLE TURN 1/2 LEFT,

57-58 Kruis RV over LV, Stap LV naar achter.
59&60 1/4 triple draai rechtsom R,L,R.
61-62 Kruis LV over RV, Stap RV naar achter
63&64 1/2 triple draai linksom L,R,L (facing 9.00)

START AGAIN