

This Is Us

Choreographer : Gaye Teather
Niveau : Beginner
Dans : 4 muurs
Tellen : 64 Tellen Bpm: 177
Music : Marc Knopfler & Emelou Harris - This Is Us
Intro : Dans Start Op Zang



1-8 Toe Touches Forward And Back, Touch Out, Touch In

1-2 Tik teen RV voor, Sluit RV naast LV
3-4 Tik teen LV achter, Sluit LV naast RV
5-6 Tik teen RV voor, Sluit RV naast LV
7-8 Tik teen LV links opzij, Tik teen LV naast RV

9-16 Vine 1/4 Turn Left, Brush, Jazz Box, Hold

1-2 Stap LV links opzij, Kruis RV achter LV,
3-4 Stap LV opzij met 1/4 draai linksom, Brush RV naar voor
5-6 Kruis RV over LV, Stap LV achter,
7-8 Stap RV opzij, Rust

17-24 Cross Rock, Slide, Hold, Cross Rock, 1/2 Turn Right, Hold

1-2 Kruis LV over RV, Gewicht terug op RV
3-4 Stap LV opzij, Rust
5-6 Kruis RV over LV, Gewicht terug op LV
7-8 Stap RV opzij met 1/4 draai rechtsom, Rust

25-32 Step, 1/4 Turn Right, Cross, Hold, Triple Three 1/4 Turn Left, Hold

1-2 Stap LV voor, LV & RV Maak 1/4 draai rechtsom
3-4 Kruis LV over RV, Rust
5-6 Maak 1/4 draai links om stap RV achter, Maak 1/2 draai linksom stap LV voor
7-8 Stap RV voor, Rust

33-40 Left Lock Step, Brush, Right Lock Step Brush

1-2 LV stap voor, Kruis RV achter LV
3-4 LV stap voor, Brush RV naar voor
5-6 RV stap voor, Kruis LV achter RV
7-8 RV stap voor, Brush LV naar voor

41-48 Mambo Forward, Hold, Mambo Back, Hold

1-2 Stap LV naar voor, Gewicht terug op RV
3-4 Sluit LV naast RV, Rust
5-6 Stap RV naar achter, Gewicht terug op LV
7-8 Sluit RV naast LV, Rust

49-56 Rumba Box

1-2 Stap LV links opzij, Sluit RV naast LV
3-4 Stap LV voor, Rust
5-6 Stap RV rechts opzij, Sluit LV naast RV
7-8 Stap RV achter, Rust

57-64 Back Left Hold & Clap, Back Right, Hold & Clap Sailor 1/4 Turn left, Hold

1-2 LV stap achter, Klap
3-4 RV stap achter, Klap
5-6 Maak 1/4 draai linksom en stap LV achter, RV stap opzij
7-8 LV stap opzij, Rust

Begin opnieuw