

# Five Hundred (500) (de)

Count: 32

Wand: 4

Ebene: High Beginner

Choreograf/in: Ole Jacobson (DE) & Nina K. (DE) - Mai 2020

Musik: I'm Gonna Be (500 Miles) - The Proclaimers



## Beginn nach 16 Counts (auf den Gesang)

### (1-8) Cross recover, chasse R, cross recover, shuffle turn 1/2 left

- 1-2 RF über LF kreuzen – Gewicht zurück auf LF  
3&4 RF Schritt nach rechts – LF an RF heran setzen – RF Schritt nach rechts  
5-6 LF über RF kreuzen – Gewicht zurück auf RF  
7&8 1/4 L-Drehung, LF Schritt nach links – RF an LF heran setzen – 1/4 L-Drehung, LF Schritt nach vorn

### (9-16) Step, recover, shuffle 1/2 turn R, 1/4 turn R, 1/4 turn R, coaster step

- 1-2 RF Schritt nach vorn – Gewicht zurück auf LF  
3&4 1/4 R-Drehung, RF Schritt nach rechts – LF an RF heran setzen – 1/4 R-Drehung, RF Schritt nach vorn  
5-6 1/4 R-Drehung, LF Schritt nach links – 1/4 R-Drehung, RF Schritt nach hinten  
7&8 LF Schritt nach hinten – RF neben LF absetzen – LF Schritt nach vorn

### (17-24) Cross, recover, together, cross, recover, together, heel switches (R+L), together, walk, walk

- 1-2 RF Schritt über LF kreuzen – Gewicht zurück auf LF  
& RF neben LF absetzen  
3-4 LF Schritt über RF kreuzen – Gewicht zurück auf RF  
& LF neben RF absetzen  
5&6 RFerse nach vorn auf tippen – RF neben LF absetzen – LFerse nach vorn auf tippen  
& LF neben RF absetzen  
7-8 RF Schritt nach vorn – LF Schritt nach vorn

### (25-32) Shuffle forward, 1/4 turn R, shuffle a cross, side, recover

- 1&2 RF Schritt nach vorn – LF an RF heran setzen – RF Schritt nach vorn  
3-4 LF Schritt nach vorn – 1/4 R-Drehung (Gewicht auf RF)  
5&6 LF über RF kreuzen – RF an LF heran setzen – LF über RF kreuzen  
7-8 RF Schritt nach rechts – Gewicht zurück auf LF

... und von vorn

### TAG: 7.& 10.Wand (3:00)

#### \*7.Wand am Ende (8 Counts)

##### Jazz-box, side, recover, diagonal walk (R+L)

- 1-4 RF über LF kreuzen – LF Schritt zurück – RF Schritt nach rechts – LF über RF kreuzen  
5-8 RF Schritt nach rechts – Gewicht zurück auf LF – 1/8 L-Drehung, RF Schritt nach vorn – LF Schritt nach vorn

#### \*10.Wand nach den ersten 8 Counts, (6 Counts dann Restart)

##### Jazz-box, side, recover und Restart

- 1-4 RF über LF kreuzen – LF Schritt zurück – RF Schritt nach rechts – LF über RF kreuzen  
5-6 RF Schritt nach rechts – Gewicht zurück auf LF