

# I'm Bored (de)

Count: 32

Wall: 4

Level: Beginner Country

Choreographer: Ole Jacobson (DE) & Nina K. (DE) - Januar 2021

Music: I'm Bored - Amber Lawrence



**Note:** Der Tanz beginnt mit dem Gesang

**[1-8] Walk, walk, shuffle fwd, step ¼ turn right, shuffle a cross**

- 1,2 RF Schritt nach vorn - LF Schritt nach vorn
- 3&4 RF Schritt nach vorn - LF an RF heran setzen - RF Schritt nach vorn
- 5,6 LF Schritt nach vorn - 1/4 R-Drehung
- 7&8 LF über RF kreuzen - RF kleiner Schritt nach rechts - LF über RF kreuzen

**[9-16] Sway, sway, behind side cross, sway, sway sailor turn 1/4 left**

- 1 RF Schritt nach rechts und Hüfte nach rechts schwingen
- 2 Gewicht auf LF verlagern und Hüfte nach links schwingen
- 3&4 RF hinter LF absetzen - LF Schritt nach links - RF über LF kreuzen
- 5 LF Schritt nach links und Hüfte nach links schwingen
- 6 Gewicht auf RF verlagern und Hüfte nach rechts schwingen
- 7&8 1/4 L-Drehung, LF Schritt zurück - RF neben LF absetzen - LF kleiner Schritt nach vorn

**[17-24] Heel fwd, toe back, shuffle fwd, pivot turn 1/2 right, shuffle fwd**

- 1,2 RFerse nach vorn auf tippen - RF nach hinten auf tippen
- 3&4 RF Schritt nach vorn - LF an RF heran setzen - RF Schritt nach vorn
- 5,6 LF Schritt nach vorn - 1/2 R-Drehung auf beiden Ballen
- 7&8 LF Schritt nach vorn - RF an LF heran setzen - LF Schritt nach vorn

**[25-32] Rocking chair, jazzbox with 1/4 turn right**

- 1,2 RF Schritt nach vorn - Gewicht auf LF verlagern
- 3,4 RF Schritt nach hinten - Gewicht auf LF verlagern
- 5,6 RF über LF kreuzen - 1/4 R-Drehung, LF Schritt zurück
- 7,8 RF kleiner Schritt nach rechts - LF kleiner Schritt nach vorn

... und von vorn