

No Excuses Ez Cha (de)

COPPERKNOB
BY STEPHENETS

Compte: 32

Mur: 4

Niveau: Beginner

Chorégraphe: Val Saari (CAN) - September 2018

Musique: No Excuses - Meghan Trainor



Tanzbeginn: nach 16 counts

ROCKING CHAIR X 2 (RR)

- 1-2 Schritt nach vorn mit RF, Gewicht zurück auf den LF
- 3-4 Schritt nach hinten mit RF, Gewicht zurück auf den LF
- 5-6 Schritt nach vorn mit RF, Gewicht zurück auf den LF
- 7-8 Schritt nach hinten mit RF, Gewicht zurück auf den LF

MODIFIED RUMBA BOX

- 1-2 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen
- 3&4 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt am platz
- 5-6 LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen
- 7&8 LF Schritt vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt am platz

ROCKING CHAIR X 2 (R, R 1/4 R)

- 1-2 Schritt nach vorn mit RF, Gewicht zurück auf den LF
- 3-4 Schritt nach hinten mit RF, Gewicht zurück auf den LF
- 5-6 Schritt nach vorn mit RF 1/4 R (3 Uhr), Gewicht zurück auf den LF
- 7-8 Schritt nach hinten mit RF, Gewicht zurück auf den LF

MAMBO X 2 (RL)

- 1-2 RF Schritt nach rechts, LF am Platz belasten
- 3-4 RF zusammen schließen, Halten
- 5-6 LF Schritt nach links, RF am Platz belasten
- 7-8 LF zusammen schließen, Halten

Keine Brücke, Kein Restart

Email: valeriesaari@icloud.com
