

# Cheer Up! (es)

Compte: 64

Mur: 4

Niveau:

Chorégraphe: Cinta Larrotcha (ES)

Musique: Take These Chains from My Heart - Lee Roy Parnell



## HEEL, HOLD, HEEL, HITCH

- 1-2 Marcar talón derecho cruzándolo por delante del pie izquierdo, pausa
- &3 Pie derecho a sitio al mismo tiempo que marcamos talón izquierdo delante
- &4 Izquierdo a sitio al mismo tiempo que levantamos la rodilla derecha
- 5-8 Repetimos los cuatro tiempos anteriores

## HEEL, TOE, HEEL, TOE

- 9 Marcar talón derecho cruzándolo por delante del izquierdo
- 10 Marcar punta derecha al lado derecho con la rodilla hacia dentro
- 11 Marcar talón derecho cruzándolo por delante del izquierdo
- 12 Marcar punta derecha al lado derecho con la rodilla hacia dentro

## TURN ¼ HEEL, HOOK, HEELS

- 13 Girar ¼ de vuelta a la derecha cambiando la punta por el talón
- 14 Marcar el talón derecha a la caña izquierda
- 15-16 Marcar talón derecho delante dos veces

## HEEL, BACK TOE, HEEL ½ TURN

- &17 Con un salto cambiar el talón derecho por el izquierdo
- 18 Marcar punta izquierda detrás
- 19 Pivotar ½ vuelta hacia la izquierda marcando talón izquierdo delante
- 20 Juntar pie izquierdo al lado del derecho

## ROCK FORWARD, RECOVER, ROCK BACK, RECOVER

- 21-22 Rock delante con el pie derecho, volver el peso al pie izquierdo
- 23-24 Rock detrás con el pie derecho, volver el peso al pie izquierdo

## SCUFF, HITCH, STOMP, STOMP

- 25 Scuff delante con el pie derecho
- 26 Levantar rodilla derecha en ángulo recto
- 27-28 Dos stomps con el pie derecho al lado del pie izquierdo

## BACK STEP & HEEL, HOLD, TOE, HEEL

- &29 Paso atrás con el pie derecho marcando talón izquierdo delante
- 30 Pausa
- &31 Pie izquierdo a sitio, marcar punta derecha al lado del pie izquierdo
- &32 Paso atrás con el pie derecho, marcar el talón izquierdo delante

## HITCH, STOMP, STOMP FORWARD, HOLD

- &33 Pie izquierdo a sitio, levantamos la rodilla derecha, stomp con el pie derecho
- 35-36 Stomp con el pie derecho haciendo un paso hacia delante, pausa

## TURN ¼ BUMS

- 37-40 Marcar cadera derecha girando ¼ de vuelta hacia la izquierda, marcar cadera izquierda, derecha e izquierda

## CROSS, VINE, ROCK, RECOVER

- 41-42 Paso pie derecho por delante del la izquierda, paso pie izquierdo al lado  
43-44 Paso pie derecho por detrás del izquierdo, paso pie izquierdo al lado  
45-46 Rock con la derecha por delante de la izquierda, volver el peso al pie izquierdo

#### **SHUFFLE TURNING ¼, STEP TURN, SHUFFLE**

- 47&48 Suffle delante girando ¼ a la derecha (derecha, izquierda, derecha)  
49-50 Vuelta entera hacia la derecha en dos tiempos (pie izquierdo, pie derecho)  
51&52 Shuffle con la izquierda (izquierda, derecha, izquierda)

#### **ROCK, RECOVER, TOUCH, BEHIND, TOUCH BEHIND**

- 53 Rock pie derecho hacia delante  
54 Volver el peso al pie izquierdo  
55 Marcar punta derecha a la derecha  
56 Paso pie derecho detrás del izquierdo  
57 Marcar punta izquierda a la izquierda  
58 Cruzar pie izquierdo por detrás del derecho

#### **TOUCH, CROSS, TURN ½, HOLD, SIDE STEP, SLIDE**

- 59 Marcar punta derecha al la derecha  
60 Cruzar pie derecho por delante del izquierdo  
61 Girar ½ vuelta hacia la izquierda descruzando las piernas  
62 Pausa  
63 Paso largo con la izquierda al lado izquierdo  
64 Deslizar pie derecho al lado del izquierdo

#### **VOLVER A EMPEZAR**

---