

# It's So Sad (To Be Alone) (nl)

**COPPER** **KNOB**  
STEPSHEETS

**Compte:** 32

**Mur:** 2

**Niveau:** Easy Intermediate



**Chorégraphe:** John Warnars (NL) - Mars 2013

**Musique:** Help Me Make It Through the Night - Steve Holy : (CD: Love Don't Run)

**Intro 16 tellen.**

**Info:** No tags\restarts. De dans start op; Take the ribbon from your "hair"

**(01-09) R SIDE STEP, CROSS BEHIND, R SIDE STEP, L CROSS ROCK, RECOVER, L SIDE STEP, R CROSS SHUFFLE, L SIDE ROCK, ¼ TURN R RECOVER;**

- 1 RV stap naar rechts opzij
- 2 LV stap gekruist achter RV
- & RV stap naar rechts opzij
- 3 LV stap\rock gekruist over RV
- 4 RV gewicht terug op RV
- 5 LV stap naar links opzij
- 6 RV stap gekruist over LV
- & LV stap iets naar links
- 7 RV stap gekruist over LV
- 8 LV stap\rock naar links opzij
- 1 RV met ¼ draai rechtsom, (3) gewicht terug op RV

**(10-17) L LOCK STEP, ROCK, RECOVER, ½ SHUFFLE TURN R, ROCK RECOVER;**

- 2 LV stap naar voor
- & RV stap gekruist achter LV
- 3 LV stap naar voor
- 4 RV stap\rock naar voor
- 5 LV gewicht terug op LV
- 6 RV stap met ¼ draai rechtsom opzij (6)
- & LV stap\sluit naast RV
- 7 RV stap met ¼ draai rechtsom voor (9)
- 8 LV stap\rock naar voor
- 1 RV gewicht terug op RV

**(18-25) L COASTER STEP, STEP FWD, ¼ TURN L, R CROSS SHUFFLE, L SIDE ROCK, RECOVER;**

- 2 LV stap naar achter
- & RV stap\sluit naast LV
- 3 LV stap naar voor
- 4 RV stap naar voor
- 5 LV+RV maak een ¼ draai linksom (6)
- 6 RV stap gekruist over LV
- & LV stap iets naar links opzij
- 7 RV stap gekruist over LV
- 8 LV stap\rock naar links opzij
- 1 RV gewicht terug op RV

**(26-32&)1/4 TURN L COASTER STEP, R MAMBO STEP FWD, ½ TURN L SIDE SHUFFLE, ¼ TURN L SIDE SHUFFLE;**

- 2 LV stap met ¼ draai linksom achter (3)
- & RV stap\sluit naast LV
- 3 LV stap naar voor
- 4 RV stap\rock naar voor

& LV gewicht terug op LV  
5 RV stap naar achter  
6 LV stap met  $\frac{1}{4}$  draai linksom opzij (12)  
& RV stap\sluit naast LV  
7 LV stap met  $\frac{1}{4}$  draai linksom voor (9)  
8 RV stap met  $\frac{1}{4}$  draai linksom opzij (6)  
& LV stap\sluit naast RV

1 RV Begin opnieuw  
(stap naar rechts opzij)

**Opmerking;**

Muziek tempo wordt na tel "6&7" van blok 1 (muur 7) langzamer, dans met de "ritme" mee en finish de dans op tel 8 van de 3de blok (12), LV sleep naast RV.

Bron: [www.linedancerjohn.com](http://www.linedancerjohn.com) - Email;[info@linedancerjohn.com](mailto:info@linedancerjohn.com)

---