

Beautiful Tena (美麗的坦娜) (zh)

COPPER KNOB
STYRETS

拍数: 64 墙数: 4 级数: Improver
编舞者: Francien Sittrop (NL) - 2009年09月
音乐: Lijepa Tena (Beautiful Tena) - Igor Cukrov : (Eurovision Song Contest 2009)



前奏 : Intro: Start on Vocals , 16 counts from the beat

第一段 Step R, Drag , Rock Back , Recover x2 側踏, 拖併, 後下沉, 回復 二次

1-4 Big Step R to R side, Drag L to R, Rock L back, Recover on R
右 拖 右足右一大步, 左足拖併, 左足後下沉, 右足回復
後下沉 回
復

5-8 Big Step L to L side, Drag R to L, Rock R back, Recover on L
左 拖 左足左一大步, 右足拖併, 右足後下沉, 左足回復
後下沉 回
復

第二段 ¼ Turn R, Sweep, Cross, Back, Rock Back, Recover, Step , Pivot ½ Turn 右1/4, 繞, 交叉, 後, 後下沉回復, 踏 轉

1-4 ¼ Turn R step R fwd, Sweep L fwd, Step L across R, Step R back (3.00)
右90 繞 右轉90度右足前踏, 左足繞至前, 左足於右足前交叉踏, 右足後踏(面向3點鐘)
交叉 後

5-8 Rock L back, Recover on R, Step L fwd, ½ Turn R (9.00)
後下沉 回 左足後下沉, 右足回復, 左足前踏, 右轉180度(面向9點鐘)
復
踏 轉

第三段 Fwd, Hold, Fwd, ¼ Turn L, Vine L 踏, 候, 踏, 左1/4, 左華倫

1-4 Big Step L fwd, Hold, Step R fwd, ¼ Turn L (6.00)
左 停 踏 左足前一大步, 候, 右足前踏, 左轉90度(面向6點鐘)
90

5-8 Step R across L, Step L to L side, Step R behind L, Step L to L side 右足於左足前交叉踏, 左足左踏, 右足
左華倫 於左足後交叉踏, 左足左踏

第四段 Cross Rock, Recover, Side Shuffle ¼ R, Step fwd, ¼ Turn R, Cross Shuffle 交叉下沉回復, 右1/4側交換, 踏, 右1/4, 交叉交換

1-2 Cross Rock R over L, Recover on L
交叉下沉 右足於左足前交叉下沉, 左足回復

3&4 Step R to R side, Step L next to R, Step R fwd with ¼ Turn R (9.00)
追步轉 右足右踏, 左足併踏, 右轉90度右足前踏(面向9點鐘)

5-6 踏 90 Step L fwd, ¼ Turn R (12.00) 左足前踏, 右轉90度(面向12點鐘)

7&8 Step L across R, Step R to R side, Step L across R
交叉交換 左足於右足前交叉踏, 右足右踏, 左足於右足前交叉踏

第五段 R diag. back, Hip Sways, L diag. Fwd, Hip Sways (facing front) 右斜後, 擺臀, 左斜前, 擺臀(面向前)

1-2 Big Step R diag. Back, Drag
右後 拖 右足右斜後一大步, 左足拖併

3-4 Step L to L diag. back and sway hips L , R
Sway 左足左斜後踏左擺臀, 右擺臀
sway

5-6 Big Step L diag. fwd, Drag & Touch R next to L
左前 拖 左足左斜前一大步, 右足拖併點
7-8 Step R to R diag. fwd and sway hips R , L
Sway 右足右斜前踏右擺臀, 左擺臀
sway

**第六段 Side, Close, Lock Step fwd, Rock , Recover, Shuffle ¼ Turn L
側, 併, 前鎖步, 下沉回復, 3/4轉交換**

1-2 右 併 Step R to R side, Step L next to R 右足右踏, 左足併踏
3&4 前鎖 Lock Step Fwd with R,L, R 前鎖步-右, 左, 右
步
5-6 Rock L fwd, Recover on R 左足前下沉, 右足回復
下沉回復
7&8 Shuffle ¼ Turn L with L,R,L (3.00)
270轉交換 左270度轉交換-左, 右, 左(面向3點鐘)

**第七段 Rock, Recover , Fwd, Hold, Step fwd, Pivot ½ Turn R, Lock Step fwd
下沉回復, 前, 候, 踏, 轉, 前鎖步**

1-4 Rock R to R side, Recover on L, Step R fwd, Hold
右下沉回 右足右下沉, 左足回復, 右足前踏, 候
復 踏 停
5-6 踏 轉 Step L fwd, ½ Turn R (9.00) 左足前踏, 右轉180度(面向9點鐘)
7&8 前鎖 Step L fwd, Lock R behind L, Step L fwd
步 左足前踏, 右足於左足後鎖踏, 左足前踏

**第八段 Fwd, Pivot ½ Turn L, Rock fwd, Recover, Rock Side, Recover, Rock Back, Recover 踏 轉, 前下沉 回復, 右
下沉 回復, 後下沉 回復**

1-2 踏 轉 Step R fwd, ½ Turn L (3.00) 右足前踏, 左轉180度(面向3點鐘)
3-4 Rock R Fwd, Recover on L 右足前下沉, 左足回復
下沉回復

RESTART ****DURING First wall AFTER count 60, start again with count 1
第一面牆跳至此, 從頭起跳

5-6 Rock R to R side, Recover on L 右足右下沉, 左足回復
右下沉回 復
7-8 Rock R back, Recover on L 右足後下沉, 左足回復
後下沉回 復

TAG AFTER wall 3: 第三面牆結束時加8拍後從頭起跳

**Step fwd, Pivot ½ Turn L x2, Jazz Box
踏 轉二次, 爵士方塊**

1-4 Step R fwd, ½ Turn L x2
踏 轉 踏 轉 右足前踏, 左轉180度, 右足前踏, 左轉180度
(搖椅步) (Easier steps : Rock fwd, Recover, Rock Back, Recover)
(簡易版 : 右足前下沉, 左足回復, 右足後下沉, 左足回復)
5-8 Step R across L, Step L back, Step R to R side, Step L fwd
Jazz box 右足於左足前交叉踏, 左足後踏, 右足右踏, 左足前踏

ENDING: Dance the last wall(facing 12 o'clock) until count 48 (Shuffle ¼ Turn) You are facing the 3 o'clock wall. On Ball of L make a ¼ Turn L and sweep your R in front of L and touch fwd
結束 : 最後一面牆面向12點鐘跳至第六段第8拍(270度轉交換)時, 將面向3點鐘, 做左轉90度左足踏右足繞至左足前點, 結束舞曲