拍数： 32
墙数： 4
级数：Improver
编舞者：Shin－ichiro Baba（JP）－September 2019
音乐：Hello－Sugarland ：（CD：Twice the Speed of Life）

Intro： 16 counts．
Start dance on vocal：Listen to＂It was＂and start dancing from＂born＂

Sec－1：R－Side，Touch，L－Side，Touch，Back，Heel Touch，Step，Brush，Shuffle Forward，Brush，Rock，Recover， Back

1\＆2\＆Step $R$ to right side，touch $L$ together $R$ ，step $L$ to left side，touch $R$ together $L$
$3 \& 4 \& \quad$ Step back on $R$ ，touch $L$ heel to forward，step slightly back on $L$ ，brash forward on $R$
5\＆6 Step forward on R，step $L$ next to $R$ ，step forward on $R$
$7 \& 8 \quad$ Rock forward on left，recover weight to $R$ ，step back on $L$
Sec－2：Sweep Back R，Sweep Back L，Sailor 1／4 Turn，Shuffle Forward，Rock，Recover，Side
1－2 $\quad$ Sweep $R$ from front to back，sweep $L$ from front to back
3\＆4 Step $R$ behind $L$ ，turn $1 / 4$ right step $L$ to left side（on the spot），step $R$ forward ＊RESTART－1：here on wall 3，count 12 （facing 9：00）
5\＆6 Step L forward，step $R$ behind left，step $L$ forward
7\＆8 Rock forward on $R$ ，recover weight to $L$ ，step $R$ to right side
Sec－3：Weave R，Cross Rock，Recover，Side，Cross，Side，Heel，Together，Cross，Turn $1 / 4$ ，Side，Together
1\＆2\＆Cross $L$ over $R$ ，step $R$ to right side，cross $L$ behind $R$ ，step $R$ to right side
3\＆4 Cross rock $L$ over $R$ ，recover weight to $R$ ，step $L$ to left side
5\＆6\＆Cross $R$ over $L$ ，step $L$ to left side，touch $R$ heel on the spot，step $R$ together $L$
7\＆8\＆Cross L over R，turn $1 / 4$ left and stepping $R$ back，step $L$ to left side，step $R$ together
Sec－4：L－Side，Drag，Step $1 / 4$ R，Sweep L，Cross，Back，Diagonal Back，Cross Unwind $1 / 2$
1－2 Step $L$ long step to left side，dragging $R$ toward $L$ and touch
3－4 Turn $1 / 4$ right stepping $R$ forward and sweeping $L$ from back to front
＊RESTART－2：here on wall 7，count 28 （facing 3：00）
5\＆6 Cross $L$ over $R$ ，step back on $R$ ，step $L$ to left diagonal back
7－8 Cross $R$ over $L$ ，turn $1 / 2$ left（shifting weight on $L$ ）
REPEAT

RESTART－1：Replace count 4 （step R forward）above with＂touch R together＂
RESTART－2：Replace count 4 （sweeping L）above with＂sweeping L from back to front and cross L over R＂
Ending：After 12 counts of Wall 10，slow L shuffle forward to finish．（facing 12：00）
CCW Rotate Dance：Facing Walls
Wall 1－12：00，Wall 2－9：00，Wall 3－6：00，Wall 4－9：00，Wall 5－6：00，
Wall 6－3：00，Wall 7－12：00，Wall 8－3：00，Wall 9－12：00，Wall 10－9：00
Enjoy the dance．．．
Contact：cdrive＠countrydance．jp

