

Can I Get It (de)

拍数: 32 墙数: 4 级数: Anfänger
编舞者: Marianne Langagne (FR) - 20 Januar 2022
音乐: Can I Get It - Adele



Intro : 8 Counts

Tag : Ende wand 3 (9 :00) , 7 (9 :00) , 9 (3 :00)

TAG STEP ½ TURN L X 2 (Option : ROCKING CHAIR)

1-2-3-4 RF vorn, ½ Drehung nach L , RF vorn, ½ Drehung nach L (Gewitch LF)

Danse : 32-32-32-TAG-32-32-32-32-TAG-32-32-TAG-30 (Tanz endet bei Rock Back, weiter rechts vorwärts - 1/2 Drehung links)

S1 LARGE SIDE R, TOUCH BEHIND, LARGE SIDE L, TOUCH BEHIND, SIDE, TOGETHER/ R KNEE IN , TRIPLE FWD ON ¼ TURN R

1-2 Schritt von R nach R, Touch Point L hinter R

3-4 Schritt von L nach L, Touch Point R hinter L

5-6 RF an R heransetzen, LF an R heransetzen (Gewitch LF), R Ferse nach innen heben (Option: links neben rechts)

7&8 RF vorwärts in ¼ Drehung nach rechts (3:00), LF verbunden, R vorwärts

S2 STEP ¾ TURN R, CHASSE L , BEHIND , STEP L ¼ TURN L, TRIPLE ON ½ CERCLE L

1-2 LF vorn, Pivot 3/4 Drehung nach R (12:00) (Gewitch RF)

3&4 LF Schritt nach L, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach L

5-6 Schritt nach R hinter L, Schritt nach L in ¼ Drehung nach L (9:00)

7&8 Schritt nach vorn mit R in 1/8 Drehung nach L (7:30), Schritt nach vorn mit L in ¼ Drehung nach L neben R (4:30), Schritt nach vorn mit R in 1/8 Drehung nach L (3:00)

S3 PRISSY WALK L- R, TRIPLE FWD, MAMBO STEP, SIDE ROCK

1-2 Schritt nach vorn mit L, leicht vor R kreuzen, Schritt nach vorn mit R, leicht vor L kreuzen

3&4 LF vorn, RF an LF heransetzen, LF nach vorn

5&6 Schritt nach vorn mit R, Gewicht zurück auf L, Schritt nach hinten mit R

7-8 Schritt nach L mit LF, Zurück zu RF

S4 SIDE, HOLD, SIDE ROCK, ROCK BACK , KICK BALL CROSS

& LF neben RF

1-2 RF zu R, Pause

& LF neben RF

3-4 RF zu R, Zurück zu LF

5-6 RF hinten, zurück zu LF

7&8 Kick RF vorn, R Ball neben LF, LF über R

VIEL SPASS !!!!

Contact : eujeny_62@yahoo.fr

Website : www.mariannelangagne.fr