

# Lonely (de)

拍数: 32      墙数: 4      级数: Beginner  
编舞者: Gudrun Schneider (DE) - Juli 2012  
音乐: When You're Lonely - Jana Kramer



## Walk R-L, Locking Shuffle Forward R-L-R, Rock Forward, Locking Shuffle Back L-R-L

- 1-2      RF Schritt nach vorn, LF Schritt nach vorn (12 Uhr)  
**(Tag in der 8. Runde und danach Restart)**  
3&4      Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß hinter rechten einkreuzen und Schritt nach vorn mit rechts (r-l-r)  
5-6      Schritt nach vorn mit links, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF  
7&8      Schritt nach hinten mit links - RF über LF kreuzen und Schritt nach hinten mit links (l-r-l)

## ½ Turn R 2x, Sailor Shuffle Turning ¼ R, Rock Forward, Coaster Step

- 1-2      ½ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts, ½ Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links (6 Uhr und dann 12 Uhr)  
3&4      Rechten Fuß im Kreis nach hinten schwingen und hinter linken kreuzen - ¼ Drehung rechts herum, linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach vorn mit rechts (3 Uhr)  
5-6      Schritt nach vorn mit links, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf RF  
7&8      Schritt zurück mit links - RF an LF heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit links

## Step ½ Turn L, Side- Close - Step Forward, Side- Close-Step Forward, Cross Rock R

- 1-2      Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen (9 Uhr)  
**(Tag in der 2. und 5. Runde und danach Restart)**  
3&4      RF nach rechts, LF an RF heransetzen, RF Schritt nach vorn  
5&6      LF nach links, RF an LF heransetzen, LF Schritt nach vorn  
7-8      RF diagonal über LF kreuzen, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf LF

## Sailor Shuffle Turning ¼ R, Step ½ Turn R, Rock Forward L, Sailor Shuffle Turning ¼ L

- 1&2      Rechten Fuß im Kreis nach hinten schwingen und hinter linken kreuzen - ¼ Drehung rechts herum, linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach vorn mit rechts (12 Uhr)  
3-4      Schritt nach vorn mit links - ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen (6 Uhr)  
5-6      Schritt nach vorn mit links, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf RF  
7&8      Linken Fuß im Kreis nach hinten schwingen und hinter rechten kreuzen - ¼ Drehung links herum, rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach vorn mit links (3 Uhr)

## Tag und Restart in der 2. und 5. Runde :

### Hip Bump R - L

- 1-2      Hüfte nach rechts und links schwingen

## Tag und Restart in der 8. Runde

### Step, ½ Turn L, Hip Bump R - L - R - L

- 1-2      Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen,  
3-4      kleinen Schritt nach rechts mit RF und Hüfte nach rechts und links schwingen  
5-6      Hüfte nach rechts und links schwingen

Have fun