

How Glad I Am (de)

COPPERKNOB
STEPSHEETS

拍数: 68 墙数: 1 级数: Phrased Intermediate
编舞者: William Sevone (UK) - November 2013
音乐: How Glad I Am - Nancy Wilson



Dance Sequence:- A – A – B – A – TAG – A (25-36) – A (25-36).

Intro: Beginne beim Gesang

PART A

2x Side Step-Drag-Tap (12:00)

- 1 - 4 (1)RF großen Schritt nach rechts. (2-3)LF zum RF heranziehen (nicht absetzen). (4)LF neben RF auftippen
5 - 8 (5)LF großen Schritt nach links. (6-7)RF zum LF heranziehen (nicht absetzen). (8)RF neben LF auftippen

2x Sway. Recover. 3/4 Sweep. 1/4 Sweep. Side Cross (12:00)

- 9 – 10 RF kleiner Schritt nach rechts & Hüften nach rechts schwingen und nach links schwingen.
11 Gewicht zurück auf RF
12 – 13 $\frac{3}{4}$ Rechtsdrehung auf rechten Fußballen & LF Schritt schwingend nach links
14 $\frac{1}{4}$ Rechtsdrehung auf LF & RF schwingend hinter dem LF kreuzen
15 – 16 LF Schritt nach links und RF vor dem LF kreuzen

Side. 3/4 Sweep. 1/4 Sweep. Sway. Sway. 2x Sway Diagonal. Sway (12:00)

- 17 LF Schritt nach links
18 – 19 $\frac{3}{4}$ Linksdrehung auf linken Fußballen & RF Schritt schwingend nach rechts
20 $\frac{1}{4}$ Linksdrehung auf RF & LF schwingend hinter dem RF kreuzen
21 RF kleiner Schritt nach rechts & Hüften nach rechts schwingen
22 LF kleinen Schritt schräg links vorwärts & Hüften nach diagonal links schwingen
23 – 24 RF kleinen Schritt schräg rechts vorwärts & Hüften nach diagonal rechts schwingen. Hüften nach links schwingen

Recover. Forward. Rock. Recover. 2x Diagonal Back-Touch. 2x Diagonal Fwd-Touch (12:00)

- 25 – 26 Gewicht zurück auf RF und LF Schritt vorwärts
27 – 28 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
29 – 30 RF Schritt schwingend schräg links zurück und linke Fußspitze links auftippen
31 – 32 LF Schritt schräg rechts zurück und rechte Fußspitze rechts auftippen
33 – 34 RF Schritt schräg links vorwärts und linke Fußspitze links auftippen
35 – 36 LF Schritt schräg rechts vorwärts und RF neben LF auftippen

PART B

2x Diag-Lock-Step-Lockstep (10:30)

- 1 – 2 RF Schritt schräg rechts vorwärts 1.30 und LF hinter dem RF einkreuzen
3 – 4 RF Schritt diag. rechts vorwärts, LF hinter dem RF einkreuzen, RF Schritt diag. vorwärts 1.30
5 – 6 LF Schritt schräg links vorwärts 10.30 und RF hinter dem LF einkreuzen
7 – 8 LF Schritt diag. links vorwärts, RF hinter dem LF einkreuzen, LF Schritt diag. links vorwärts 10.30

2x Sway. 1/2 Sway. Sway. 1/4 Sway. 3/4 Forward. Step-Lockstep (6)

- 9 $\frac{1}{8}$ Linksdrehung, RF Schritt nach rechts & Hüften nach rechts schwingen 12.00
10 Hüften nach links schwingen
11 $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung, RF Schritt nach rechts & Hüften nach rechts schwingen 6.00
12 Hüften nach links schwingen
13 – 24 $\frac{1}{4}$ Linksdrehung & RF Schritt nach rechts und $\frac{3}{4}$ Linksdrehung & LF Schritt vorwärts 6.00

15 – 16 RF Schritt vorwärts, LF hinter dem RF einkreuzen, RF Schritt vorwärts

2x Diagonal Fwd Sway. Behind. Unwind 1/2 Side. 1/4 Chasse. 1/4 Back. Back (6)

17 LF kleinen Schritt schräg links vorwärts & Hüften nach diagonal links schwingen

18 RF kleinen Schritt schräg rechts vorwärts & Hüften nach diagonal rechts schwingen

19 – 20 LF hinter dem RF kreuzen und $\frac{1}{2}$ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)

21 – 22 $\frac{1}{4}$ Linksdrehung & RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen, RF Schritt nach rechts

23 – 24 $\frac{1}{4}$ Linksdrehung auf RF & LF Schritt zurück und RF Schritt zurück

Diagonal Back Touch. 3x Forward. Diagonal Back Touch. Fwd. $\frac{1}{2}$ Back. Touch Together (12:00)

25 – 26 (Oberkörper nach links) Linke Fußspitze schräg links hinten auftippen und LF Schritt vorwärts

27 – 28 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts

29 - 30 (Oberkörper nach rechts) Rechte Fußspitze schräg rechts hinten auftippen und RF Schritt vorwärts

31 – 32 $\frac{1}{2}$ Linksdrehung auf RF & LF Schritt zurück und RF neben LF auftippen

Tanz beginnt wieder von vorne

Brücke: Nach dem 3. Part A tanze zusätzlich die nachfolgenden 4 Counts und danach 2 x die letzte Sektion von Part A (2 x 12 Counts)

1 – 2 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF

3 – 4 RF Schritt zurück (linke Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf LF
