

Saw You Running (nl)

拍數: 68 牆數: 4 級數: Improver
編舞者: Alain Vanderheyden (BEL) - Janvier 2015
音樂: Saw You Running - Nathan Carter



S1: Step, lock step, scuff, step, lock step, scuff

- 1 . RV stap voor
- 2 . LV kruis achter RV
- 3 . RV stap voor
- 4 . LV schuif hak over vloer

- 5 . LV stap voor
- 6 . RV kruis achter LV
- 7 . LV stap voor
- 8 . RV schuif hak over vloer

S2: Mambo, hold, running back (L-R-L), coaster step

- 1 . RV stap voor
- 2 . LV gewicht terug
- 3 . RV stap achter
- 4 . rust

- 5 . LV stap achter
- & RV stap achter
- 6 . LV stap achter
- 7 . RV stap achter
- & LV sluit
- 8 . RV stap voor

S3: Scissor step, hold (L-R)

- 1 . LV stap opzij
- 2 . RV stap naast LV
- 3 . LV kruis over RV
- 4 . rust

- 5 . RV stap opzij
- 6 . LV stap naast RV
- 7 . RV kruis over LV
- 8 . rust (12:00)

S4: Vine L with ¼ turn L, hold, step, ½ turn pivot, step, hold

- 1 . LV stap opzij
- 2 . RV kruis achter LV
- 3 . ¼ draai linksom, LV stap voor
- 4 . rust (9:00)

- 5 . RV stap voor
- 6 . ½ draai linksom
- 7 . RV stap voor
- 8 . rust (3:00)

S5: Full turn R, Hold, R mambo fwd, hold

- 1 . ½ draai rechtsom, LV stap achter
- 2 . ½ draai rechtsom, RV stap voor
- 3 . LV stap voor
- 4 . rust

- 5 . RV stap voor
- 6 . LV gewicht terug
- 7 . RV stap achter
- 8 . rust (3:00)

S6: L mambo back, hold, R sailor step, hold

- 1 . LV stap achter
- 2 . RV gewicht terug
- 3 . LV stap voor
- 4 . rust
- 5 . RV kruis achter LV
- 6 . LV stap opzij
- 7 . RV stap opzij
- 8 . rust (3:00)

***** Tag & Restart *****

S7: Behind, ¼ turn R, step fwd, step, rock step, ½ turn R, step, hold

- 1 . LV kruis achter RV
- 2 . ¼ draai rechtsom, RV stap voor
- 3 . LV stap voor
- 4 . rust (6:00)
- 5 . RV stap voor
- 6 . LV gewicht terug
- 7 . ½ draai rechtsom, RV stap voor
- 8 . rust (12:00)

S8: Step fwd, ¼ turn R cross, R side, together, back, touch

- 1 . LV stap voor
- 2 . ¼ draai rechtsom
- 3 . LV kruis over RV
- 4 . rust (3:00)

***** Restart *****

- 5 . RV stap opzij
- 6 . LV stap naast RV
- 7 . RV stap achter
- 8 . LV tik teen naast RV

S9: L side, together, fwd, hold

- 1 . LV stap opzij
- 2 . RV stap naast LV
- 3 . LV stap voor
- 4 . rust (3:00)

Begin opnieuw

Tag & Restart: Tijdens de 2e muur op tel 48 (tel 8 van het 6e blokje) doe je volgende stappen en begin opnieuw

- 1 . LV stap voor
- 2 . rust

Restart: Tijdens de 4e muur op tel 60 (tel 4 van het 8 blokje), begin opnieuw.

Contact: alain.vanderheyden@telenet.be
