

Arms Open (nl)

拍數: 32 牆數: 4 級數: Easy Intermediate
編舞者: Francien Sittrop (NL) - Février 2018
音樂: Arms Open - The Script : (Album: Freedom Child)



Intro: Begin na 8 tellen vanaf het begin

[1 – 8] Step Fwd, Step fwd, Pivot ½ L, Rock step, Recover, Side, Cross, Rumba Box

1 LV stap voor
2 & 3 RV stap voor. Pivot ½ draai linksom, RV rock voor (06.00)
4 & 5 Gewicht terug op LV, RV stap opzij, LV kruis over RV
6 & 7 RV stap opzij., LV sluit bij, RV stap voor
8& LV stap opzij, RV sluit bij

[9-17] MJ Walks back , Coaster cross , Side , Behind , Behind, ¼ Turn R, Step fwd

1 LV stap achter en sleep RV mee
2 – 3 RV stap achter en sleep LV mee, LV stap achter en sleep RV mee
4 & 5 RV stap achter , LV sluit bij, RV kruis over LV
6 – 7 LV stap opzij, RV kruis achter LV en zwaai LV naar achteren
8 & 1 LV kruis achter RV, ¼ draai rechtsom stap RV voor, LV stap voor (09.00)

[18-25] Lock step fwd, Mambo step, Full Turn R, Behind , Side, Cross

2 & 3 RV stap voor., LV lock achter RV, RV stap voor
4 & 5 LV rock voor, Gewicht terug op RV, LV stap achter
6 - 7 ½ draai rechtsom stap RV voor, ½ draai rechtsom stap LV achter
8 & 1 RV kruis achter LV, LV stap opzij, RV kruis over LV (09.00)

[26-32] Side Rocks with Hip sways, Prissy Walks

2-3& LV rock opzij, Gewicht terug op RV, LV stap naast RV
4 - 6 RV rock opzij, Gewicht terug op RV, RV stap naast LV
7 - 8 LV kruis over RV , RV kruis over LV (optie: open je armen)

Begin opnieuw

Website : www.franciensittrop.nl