

Like Ben (nl)

拍數: 40 牆數: 2 級數: Intermediate
編舞者: Marian van der Heijden (NL) - Novembre 2018
音樂: Ben - Michael Jackson



Intro: 16 tellen

Step fwd, cross over, step back (2x), (sweep) behind side cross, recover, side, cross, recover, side

1 RV stap voor
2 & 3 LV kruis over, RV stap achter, LV stap achter
4 & 5 RV (sweep) kruis achter LV stap opzij, RV kruis over
6 & 7 rock terug op LV, RV stap opzij LV kruis over
8 & rock terug op RV, LV stap opzij

Walk fwd R L, mambo fwd, sweep & step back L R, Mambo back

1 - 2 RV stap voor, LV stap voor
3 & 4 RV rock voor, rock terug op LV RV stap achter
5 - 6 LV sweep en stap achter RV sweep en stap achter
7 & 8 LV rock achter, rock terug op RV LV stap voor

Slide Step R, rock step, slide step L, rock step, step R & sway hip R L, chassé ¼ Turn R

1 RV grote stap rechts opzij
2 & 3 LV rock achter, rock terug op RV LV grote stap links opzij
4 & 5 RV rock achter, rock terug op LV RV stap opzij en zwaai heup rechts
6 zwaai heup links
7 & 8 RV stap opzij, LV sluit, RV stap voor 1/4 rechtsom

Slide Step L, rock step, slide step R, rock step, step L & sway hip L R, chassé ¼ Turn L

1 LV grote stap links opzij
2 & 3 RV rock achter, rock terug op LV RV grote stap rechts opzij
4 & 5 LV rock achter, rock terug op RV LV stap opzij en zwaai heup links
6 zwaai heup rechts
7 & 8 LV stap opzij, RV sluit, LV stap voor 1/4 linksom *

Pivot 1/4 turn L, cross-shuffle, step fwd 1/4 L, rock step fwd, step back, rock step back, step fwd

1 - 2 RV stap voor, LV+RV 1/4 draai linksom
3 & 4 RV kruis over, LV stapje opzij, RV kruis over
& LV stap voor 1/4 linksom
5 - 6 RV rock voor, rock terug op LV
& RV stap naast LV
7 - 8 LV rock achter, rock terug op RV
& rock achter terug op LV

Begin opnieuw !

* Restart: in de 3e muur dans t/m tel 32 (4e blok) begin opnieuw [12].

Finish: Dans de 5e muur [6] t/m tel 8 (1e blok) kruis RV over en draai 1/2 linksom [12].