

# Lima (ca)

拍數: 64      牆數: 4      級數: Intermediate  
編舞者: Gabi Ibáñez (ES) & Paqui Monroy (ES) - January 2019  
音樂: One More Won't Hurt - Randall King



## Abrevacions:

R= Right - L= Left

PD = peu dret - PE = peu esquerre

### [1-8] SLOW COASTER STEP R (fwd), SLOW COASTER STEP L (back)

1 - 2      Pas PD endavant, Pas PE al costat del PD  
3 - 4      Pas PD enrere, Pausa  
5 - 6      Pas PE enrere, Pas PD al costat del PE  
7 - 8      Pas PE endavant, Pausa

### [9-16] RUMBA BOX R (ending with Hook)

1 - 2      Pas PD a la dreta, Pas PE al costat del PD  
3 - 4      Pas PD endavant, Pausa  
5 - 6      Pas PE a l'esquerra, Pas PD al costat del PE  
7 - 8      Pas PE enrere, Hook PD endavant

### [17-24] ROCKING CHAIR (right), ROCK STEP R (fwd), ½ TURN R, HOLD

1 - 2      Rock PD endavant, Recuperem el pes al PE  
3 - 4      Rock PD enrere, Recuperem el pes al PE  
5 - 6      Rock PD endavant, Recuperem el pes al PE  
7 - 8      Girem ½ de volta a la dreta amb pas PD endavant, Pausa (6h)

### [25-32] SLOW SHUFFLE ½ TURN R, HOLD, ROCK STEP R (jumping back), STOMP UP R, HOLD

1 - 2      Girem ¼ de volta a la dreta deixant PE a l'esquerra, Girem ¼ de volta a la dreta deixant PD endavant (12h)  
5 - 4      Pas PE al costat del PD, Pausa  
5 - 6      Rock PD enrere, Recuperem el pes al PE (saltant)  
7 - 8      Stomp Up PD al costat del PE, Pausa

### [33-40] HOOK COMBINATION R, TOE, HEEL, HEEL, TOE

1 - 2      Kick PD endavant, Hook PD endavant  
3 - 4      Kick PD endavant, Pas PD al costat del PE (sense deixar el pes)  
5 - 6      Movem punta dreta a la dreta, Movem taló dret a la dreta  
7 - 8      Movem taló dret a l'esquerra, Movem punta dreta al centre

### [41-48] HOOK COMBINATION R, SWIWET R, SWIWET ½ L, HOLD

1 - 2      Kick PD endavant, Hook PD endavant  
3 - 4      Kick PD endavant, Pas PD al costat del PE  
5 - 6      Girem puntes a la dreta ( pes al taló dret i punta esquerra), Tornem puntes al centre  
7 - 8      Girem ½ a l'esquerra fent swiwet a l'esquerra (pes al taló esquerra i punta dreta), Pausa (6h)

### [49-56] WAVE R, SLOW SCISSOR R

1 - 2      Pas PD a la dreta, Creuem PE per darrere PD  
3 - 4      Pas PD a la dreta, Creuem PE per davant PD  
5 - 6      Rock PD a la dreta, Pas PE al costat del PD  
7 - 8      Creuem PD per davant del PE, Pausa

### [57-64] WAVE L, ROCK STEP L with ¼ R, STEP, HOLD

- 1 – 2 Pas PE a l'esquerra, Creuem PD per darrere del PE
- 3 – 4 Pas PE a l'esquerra, Creuem PD per davant del PE
- 5 – 6 Rock PE a l'esquerra, Recuperem el pes al PD girant ¼ de volta a la dreta (9h)
- 7 – 8 Pas PE endavant, Pausa

## **TORNEM A COMENÇAR**

### **RESTARTS:-**

A la 2a paret fem fins la passa 48 (estarem mirant a les 3h)

A la 4a paret fem fins la passa 16 (estarem mirant a les 12h)

A la 6a paret fem fins la passa 48 (estarem mirant a les 3h)

A la 8a paret fem fins la passa 32 (estarem mirant a les 12h)

**FINAL DEL BALL:** A la paret 11 fem fins la passa 48 i afegim un STOMP amb el PD endavant (mirant a les 12h)

E-mail: [ibaezmonroy@yahoo.es](mailto:ibaezmonroy@yahoo.es) - tel: (0034) 646 34 88 48

facebook: Gabi Ibañez Molto i Paqui Monroy

youtube : Gabi Ibañez

---