

I'm Bored (de)

拍數: 32 牆數: 4 級數: Beginner Country
編舞者: Ole Jacobson (DE) & Nina K. (DE) - Januar 2021
音樂: I'm Bored - Amber Lawrence



Note: Der Tanz beginnt mit dem Gesang

[1-8] Walk, walk, shuffle fwd, step ¼ turn right, shuffle a cross

1,2 RF Schritt nach vorn - LF Schritt nach vorn
3&4 RF Schritt nach vorn - LF an RF heran setzen - RF Schritt nach vorn
5,6 LF Schritt nach vorn - 1/4 R-Drehung
7&8 LF über RF kreuzen - RF kleiner Schritt nach rechts - LF über RF kreuzen

[9-16] Sway, sway, behind side cross, sway, sway sailor turn 1/4 left

1 RF Schritt nach rechts und Hüfte nach rechts schwingen
2 Gewicht auf LF verlagern und Hüfte nach links schwingen
3&4 RF hinter LF absetzen - LF Schritt nach links - RF über LF kreuzen
5 LF Schritt nach links und Hüfte nach links schwingen
6 Gewicht auf RF verlagern und Hüfte nach rechts schwingen
7&8 1/4 L-Drehung, LF Schritt zurück - RF neben LF absetzen - LF kleiner Schritt nach vorn

[17-24] Heel fwd, toe back, shuffle fwd, pivot turn 1/2 right, shuffle fwd

1,2 RFerse nach vorn auftippen - RF nach hinten auftippen
3&4 RF Schritt nach vorn - LF an RF heran setzen - RF Schritt nach vorn
5,6 LF Schritt nach vorn - 1/2 R-Drehung auf beiden Ballen
7&8 LF Schritt nach vorn - RF an LF heran setzen - LF Schritt nach vorn

[25-32] Rocking chair, jazzbox with 1/4 turn right

1,2 RF Schritt nach vorn - Gewicht auf LF verlagern
3,4 RF Schritt nach hinten - Gewicht auf LF verlagern
5,6 RF über LF kreuzen - 1/4 R-Drehung, LF Schritt zurück
7,8 RF kleiner Schritt nach rechts - LF kleiner Schritt nach vorn

... und von vorn