

# Mend (de)

拍數: 48      牆數: 2      級數: Intermediate Viennese Waltz  
編舞者: Ole Jacobson (DE) & Nina K. (DE) - Mai 2022  
音樂: Mend - Morgan Wade



Musikload: <https://orcd.co/morganwade-reckless>

Note: Beginn mit dem Gesang

## [1-6] cross, point, hold, cross, point, hold

- 1            LF vor RF kreuzen
- 2-3        RF nach rechts auftippen - Halten (Hinweis: bei jeder Wand den Körper wieder auf 6:00 bzw. 12:00 drehen)
- 4            RF vor LF kreuzen –
- 5-6        LF nach links auftippen - Halten

## [7-12] sailor step, cross, point, hold

- 1            LF Schritt hinter RF (11:00)
- 2-3        RF kleiner Schritt nach rechts – LF kleiner Schritt nach links
- 4            RF vor LF kreuzen
- 5-6        LF nach links auftippen - Halten

## [13-18] cross, point, hold sailor turn turn 1/2 R

- 1            LF vor RF kreuzen
- 2-3        RF nach rechts auftippen - Halten
- 4            ¼ R-Drehung, RF Schritt nach hinten
- 5-6        ¼ R-Drehung, LF kleiner Schritt nach rechts – RF Schritt nach links (6:00)

## [19-24] step, sweep, cross, back, side

- 1            LF Schritt nach vorn
- 2-3        RF in 2Counts im leichten Bogen nach vorn schwingen
- 4            RF vor LF kreuzen
- 5-6        LF Schritt zurück – RF Schritt nach rechts

Restart in der 11.Wand (6:00)

## [25-30] diagonal step, Hold L+R

- 1            1/8 R-Drehung, LF Schritt nach vorn (7:00)
- 2-3 2        Count`s halten
- 4            RF Schritt nach vorn
- 5-6 2        Count`s halten

## [31-36] shuffle back 1/2 turn L, step, hold

- 1            ¼ L-Drehung, LF Schritt nach links (4:00)
- 2-3        RF an LF heran setzen - ¼ L-Drehung, LF Schritt nach vorn (1:00)
- 4            RF Schritt nach vorn
- 5-6 2        Count`s halten

Restart in der 2. & 7. Wand (7:00) & 13.Wand (1:00)

## [37-42] step, 1/2 turn R with hitch, slow coaster step

- 1            LF Schritt nach vorn
- 2-3        ½ R-Drehung auf beiden über 2 Count`s und dabei das rechte Knie leicht anheben (7:00)
- 4-6        RF Schritt nach hinten - LF neben RF absetzen – RF Schritt nach vorn

## [43-48] step, hold, trippel turn R

- 1 LF Schritt nach vorn
- 2-3 2 Count's halten
- 4-6 Ganze R-Drehung in drei Schritten (R-L-R) (Option: 3 Schritte vorwärts R+L+R) (7:00)

**..und von vorn**

---