

She Is The One (nl)

COPPERKNOB
STEPSHETS

拍數: 48
編舞者: Sebastiaan Holtland (NL)
音樂: The One - Gary Allan

牆數: 4

級數: Intermediate nightclub



½ PIVOT TURN, ½ TURN WITH RONDE DE JAMBE, BASIC NIGHTCLUB TWICE, STEP BACK, STEP BACK WITH ½ TURN, BASIC NIGHTCLUB

- 8 RV stap voor
- & ½ draai linksom
- 1 ½ draai linksom, RV sluit, LV sweep van voor naar achter (ronde de jambe)
- 2 LV rock achter
- & RV gewicht terug
- 3 LV stap opzij
- 4 RV rock achter
- & LV gewicht terug
- 5 RV stap opzij

- 6 LV stap achter
- & ½ draai linksom. RV stap achter (6:00)
- 7 LV stap opzij
- 8 RV rock achter
- & LV gewicht terug
- 9 RV stap opzij

STEP BACK, STEP BACK WITH ½ TURN LEFT, STEP SLIDE SLIGHTLY LEFT, ROCK AND STEP DIAGONALLY FORWARD, ½ TURN, ½ TURN, HOLD, 2X STEP DIAGONALLY, 1X BASIC SIDE

- 10 LV stap achter
- & ½ draai linksom, RV stap achter
- 11 LV stap opzij (12:00)
- 12 RV rock achter
- & ¼ draai rechtsom, LV gewicht terug
- 13 1/8 draai rechtsom, RV stap voor (4:30)

Op tel 13 stap je voor op de linker diagonaal

- 14 ½ Draai linksom, gewicht op RV (10:30)
- & LV gewicht terug
- 15 ½ Draai linksom, RV stap achter (4:30)
- 16 LV stap voor (4:30)
- & RV stap voor (4:30)
- 17 LV stap opzij (4:30)

Bij tel 16 & 17 beweeg je voorwaarts over de linker diagonaal

STEP BACK, STEP BACK, STEP RIGHT, BASIC BOX NIGHTCLUB

- 18 RV stap achter
- & LV stap achter
- 19 1/8 draai rechtsom, RV stap opzij (6:00)
- 20 1/8 draai rechtsom, LV stap voor (7:30)
- & 1/8 draai rechtsom, RV stap voor (9:00)
- 21 1/8 draai rechtsom, LV stap opzij (10:30)

- 22 RV stap achter

- & LV stap achter
- 23 1/8 draai rechtsom, RV stap opzij (12:00)
- 24 1/8 draai rechtsom, LV stap voor (1:30)
- & 1/8 draai rechtsom, RV stap voor (3:00)
- 25 1/8 draai rechtsom, LV stap opzij (4:30)

Op tel 22 & stap je achteruit richting 4:30 (rechter diagonaal)

ROCK AND STEP FORWARD, ROCK AND DRAG BACKWARDS, STEP BACKWARD, STEP FORWARD WITH ½ TURN, STEP FORWARD, ROCK AND BACK

- 26 RV rock achter
- & LV gewicht terug
- 27 1/8 draai rechtsom, RV stap voor (6:00)
- 28 LV rock voor
- & RV gewicht terug
- 29 LV stap achter (RV sleep) (6:00)

- 30 RV stap achter
- & ½ draai linksom, LV stap voor (12:00)
- 31 RV stap voor (12:00)
- 32 LV rock voor
- & RV gewicht terug
- 33 LV stap achter

Eindig op tel 33 met het gezicht op 12:00

SIDE ROCK, RECOVER, ¼ TURN STEP FORWARD, STEP, PIVOT ½ RIGHT AND ¼ SPIRAL TURN WITH A BASIC, ROCK AND STEP FORWARD, STEP FULL CHANNE TURN LEFT WITH A BASIC

- 34 RV rock opzij
- & LV gewicht terug
- 35 ¼ draai rechtsom, RV stap voor (3:00)
- 36 LV stap voor
- & ½ draai rechtsom (9:00)
- 37 ¼ draai rechtsom, LV stap opzij (12:00)

- 38 RV rock achter
- & LV gewicht terug
- 39 ¼ draai rechtsom, RV stap voor (3:00)
- 40 ½ draai linksom, LV stap voor (9:00)
- & ½ draai linksom, RV sluit (3:00)
- 41 ¼ draai linksom, LV stap opzij (12:00)

3X QUICK STEPS FORWARD, MAMBO STEP WITH ¼ TURN WITH 1X BASIC WITH 3X QUICK STEPS FORWARD

- 42 RV stap voor
- & LV stap voor
- 43 RV stap voor
- 44 LV rock voor
- & RV gewicht terug
- 45 ¼ draai linksom, LV stap opzij (9:00)
- 46 RV stap voor
- & LV stap voor
- 47 RV stap voor

BEGIN DE DANS OPNIEUW BIJ 8 (48) & 1

8 (48)

RV stap voor

&

½ draai linksom

1

½ draai linksom, RV sluit, LV sweep van voor naar achter (rondé de jambe)
