

# Ain't No Chains

Choreograaf : David J. Sinfield & Carol C. Robertshaw  
Soort Dans : 2 wall line dance  
Niveau : Beginner / Intermediate  
Tellen : 32  
Info : 128 Bpm – Start dans na 3 tellen  
Muziek : "I'll Be There If You Ever Want Me" by Heather Miles  
(CD: The Highways & Honky Tonks)  
Bron :

## Kick-Ball-Change, Pivot ½ Turn, Heel Grind ¼ Turn, Kick-Ball-Step

1	RV	kick voor
&	RV	zet terug naast LV
2	LV	stap op de plaats
3	RV	stap voor
4	R+L	½ draai linksom
5	RV	duw hak voor in de grond
6	R+L	¼ draai rechtsom (gewicht op LV)
7	RV	kick voor
&	RV	zet terug naast LV
8	LV	stap voor

## Side, Behind, Shuffle ¼ Turn, Forward Rock, Shuffle ½ Turn Left

1	RV	stap rechts opzij
2	LV	stap gekruist achter RV
3	RV	zet rechts opzij
&	LV	sleep naast RV
4	RV	¼ draai rechtsom
5	LV	rock voor
6	RV	gewicht terug
7	LV	¼ draai linksom, stap opzij
&	RV	sluit aan
8	LV	¼ draai linksom, stap voor

## Side, Behind And Cross, Side, Behind Unwind, Heel Splits

1	RV	stap rechts opzij
2	LV	stap gekruist achter RV
&	RV	stap rechts opzij
3	LV	stap gekruist over RV
4	RV	stap rechts opzij
5	LV	stap gekruist achter RV
6	L+R	½ draai linksom
7	R+L	hakken naar buiten
8	R+L	hakken naar binnen

## Begin opnieuw

## Side, Behind And Cross, Side, Behind Unwind, Heel Splits

1	RV	stap rechts opzij
2	LV	stap gekruist achter RV
&	RV	stap rechts opzij
3	LV	stap gekruist over RV
4	RV	stap rechts opzij
5	LV	stap gekruist achter RV
6	L+R	½ draai linksom
7	R+L	hakken naar buiten
8	R+L	hakken naar binnen