

Ain't No Mystery – Man!!!

Choreograaf : Alan G. Birchall
Soort Dans : 4 wall line dance
Niveau : Intermediate
Tellen : 32
Info : 110 - 101 Bpm
Muziek : "Ain't No Mystery" by Smash Mouth
"Cypress Grove" by Groovegrass Boyz
Bron :

Hitch ¼ Turn, Touch, Hinge Turns, Step, Touch, Hip Bumps

1 RV ¼ linksom, hitch knie gekruist voor L been
2 RV tik rechts opzij [9]
3 LV op RV 3/8 linksom (naar achter), tik teen achter
lichaam is gedraaid naar 5.30 uur (je hebt bijna ½ draai linksom naar achter gemaakt)
4 LV 3/8 draai rechtsom (naar voor), tik teen voor [9]
5 LV ½ rechtsom (naar achter) [3]
6 LV ¼ rechtsom [6], stap voor
7 RV tik teen schuin rechts voor, bump heupen rechts
& bump heupen links
8 bump heupen rechts (gewicht RV)

Step, Touch's x3, Flick Turn, Step, 'Twist' Turn, Press, Hold, Recover

& RV stap achter
1 LV tik teen voor, knip vingers
lichaam is gedraaid naar 7.30 uur
& LV stap achter
2 RV tik teen voor, knip vingers
lichaam is gedraaid naar 5.30 uur
& RV stap achter
3 LV tik teen voor, knip vingers
lichaam is gedraaid naar 7.30 uur
& LV flick hak achter met ½ draai rechtsom [12]
4 LV stap voor
5 R+L draai hakken links
& R+L draai hakken rechts
6 R+L draai hakken links, ¼ rechtsom
& RV stap/rock rechts opzij
7 rust
8 LV gewicht terug

Side, Behind, Side, Cross, Kick, Cross, Back, Step Forward, ½ Pivot

1 RV stap rechts opzij
2 LV stap gekruist achter RV
& RV stap rechts opzij
3 LV stap gekruist voor RV
4 RV schop diagonaal rechts voor
5 RV stap gekruist voor LV
6 LV stap achter
& RV stap rechts opzij
7 LV stap voor
8 L+R ½ draai rechtsom

Step, Step, Toe, Heel, Touch, Touch, Touch, Knee Twists

1 RV stap rechts opzij
2 LV stap links opzij
3 RV tik teen naast LV
& RV tik hak naast LV
4 RV tik rechts opzij
5 RV tik teen gekruist voor LV
6 RV tik teen rechts opzij
7 RV draai knie naar binnen
8 RV draai knie naar buiten

Begin opnieuw