

Catch & Release

Choreograaf	:	Jose Miguel Belloque Vane & Tokyo Ladies
Soort Dans	:	4 wall line dance
Niveau	:	Easy Intermediate
Tellen	:	32
Info	:	Start na 16 tellen op zang
Muziek	:	"Catch & Release (Deepend Remix)" by Matt Simons (single)

Cross, Side Rock Recover, Cross, ¼ R Back, ¼ Turn R Side, Cross Rock Recover, Side, Cross

1	LV	kruis over
2	RV	rock opzij
&	LV	gewicht terug
3	RV	kruis over
4	LV	¼ rechtsom, stap achter
5	RV	¼ rechtsom, stap opzij
6	LV	rock gekruist over
&	RV	gewicht terug
7	LV	stap opzij
8	RV	kruis over

Mambo Cross x2, Step Lock Step x2, Fwd

1	LV	rock opzij
&	RV	gewicht terug
2	LV	kruis over
3	RV	rock opzij
&	LV	gewicht terug
4	RV	kruis over
5	LV	stap voor
&	RV	lock achter
6	LV	stap voor
&	RV	stap voor
7	LV	lock achter
&	RV	stap voor
8	LV	stap voor [6]

Fwd Rock Recover, Sweep, Behind Side Cross, & Cross, Hold, & Cross Shuffle

1	RV	rock voor
2	LV	gewicht terug en sweep RV achter
3	LV	kruis achter
&	LV	stap opzij
4	RV	kruis over
&	LV	kleine stap opzij
5	RV	kruis over
6		rust
&	LV	kleine stap opzij
7	RV	kruis over
&	LV	stap opzij
8	RV	kruis over

¼ Turn L Fwd, Fwd Rock Recover, Sailor Cross ¼ Turn L, ¼ Turn L Fwd, ½ Turn L Back, ½ Turn L Fwd, Fwd

&	LV	¼ linksom, stapje voor
1	RV	rock voor
2	LV	gewicht terug
3	RV	kruis achter
&	LV	¼ linksom, stap naast
4	RV	kruis over
5	LV	¼ linksom, stap voor
6	RV	½ linksom, stap achter
7	LV	½ linksom, loop voor
8	RV	loop voor [9]

Begin opnieuw

Bridge:

Na de 2^e en 7^e muur:

2x Step Pivot ½ Turn R, Together, Rock Recover, Coaster

1	LV	stap voor
2	L+R	½ draai rechtsom
3	LV	stap voor
4	L+R	½ draai rechtsom
&	LV	sluit
5	RV	rock voor
6	LV	gewicht terug
7	RV	stap achter
&	LV	sluit
8	RV	stap voor