

Four Five Seconds

Choreograaf : Kate Sala
Soort Dans : 4 wall line dance
Niveau : Intermediate
Tellen : 64
Info : 124 Bpm - Intro 64 tellen
Muziek : "Forfivesseconds (extended workout mix)" by The Workout Crew
(album: Forfivesseconds)

Step Forward, Lock With Hitch, Step Back, Touch, Step Forward, Paddle Left x2, Cross Step

1 RV stap voor
2 LV lock achter en hitch RV
3 RV stap achter
4 LV tik gekruist over
5 LV stap voor
6 RV ¼ linksom, tik opzij
7 RV ¼ linksom, tik opzij
8 RV kruis over

Point Left & Long Step Right, Together, Modified Jazz Box, Step Right, Pivot ¼ Turn Left

1 LV tik opzij
& LV stap naast
2 RV grote stap opzij
3 LV stap naast
4 RV kruis over
5 LV stap achter
& RV stap opzij
6 LV kruis over
7 RV stap opzij
8 R+L ¼ draai linksom

Forward Rock Recover, Full Turn Back, Step Back Bumping Hips Back x2, Mambo Step

1 RV rock voor
2 LV gewicht terug
3 RV ½ rechtsom, stap voor
4 LV ½ rechtsom, stap achter
5 RV kleine stap achter op bal voet en bump heupen achter
& LV lock voor
6 RV stap achter
7 LV rock achter
& RV gewicht terug
8 LV stap voor

Cross, Side & Heel Dig Across Ball Side Step, Touch Behind Pivot ½ Turn, Step ½ Turn

1 RV kruis over
2 LV stap opzij
& RV kleine stap achter
3 LV tik hak gekruist voor
& LV stap naast op bal voet
4 RV stap opzij
5 LV tik achter
6 L+R ½ draai linksom
7 RV stap voor
8 R+L ½ draai linksom

Cross Rock Recover, Sweep, Weave Left, Side Rock Recover, Weave Right

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

Turn ½ Left, Cross Rock, Step Right, Cross, ¼ Turn Left, ¼ Turn Left Into Left Chassé

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

Cross, Back, Back x2, Step Forward, Pivot ½ Turn Left, Pivot ½ Right, Step Pivot ½ Turn Left, Step

1 RV kruis over
& LV kleine stap links achter
2 RV kleine stap rechts achter
3 LV kruis over
& RV kleine stap rechts achter
4 LV kleine stap links achter
5 RV stap voor
6 R+L ½ draai linksom
7 R+L ½ draai rechtsom
8 LV stap voor
& L+R ½ draai rechtsom
1 LV stap voor

Pivot ½ Turn Left, Pivot ½ Right, Mambo Step, Step Back x2

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

Begin opnieuw

Restarts:

Dans de 1^e en 5^e muur t/m tel 48 (tel 8 van het 6^e blok) en begin opnieuw