

Knock Yourself Out

Choreograaf	:	Maggie Gallagher
Soort Dans	:	4 wall line dance
Niveau	:	Intermediate
Tellen	:	32
Info	:	104 Bpm De dans start op de zang. De dans beweegt tegen de klok in.
Muziek	:	“Knock Yourself Out” by Toby Keith CD: Honkytonk University
Bron	:	

Forward, Rocks, Left Back Lock, Rocks, ½ Left, Side Step Left

1	RV	stap voor
2	LV	rock voor
3	RV	gewicht terug
4	LV	stap achter
&	RV	kruis over LV
5	LV	stap achter
6	RV	rock achter
7	LV	gewicht terug
8	RV	draai ½ linksom, stap achter
&	LV	stap links (6.00 uur)

Right Cross, Sways, Weave Right, Rock, Recover, ½ Hinge Right x2

1	RV	kruis over LV
2	LV	stap links opzij en zwaai heupen naar links
3		zwaai heupen naar rechts
4	LV	kruis achter RV
&	RV	stap rechts opzij
5	LV	kruis over RV
6	RV	rock rechts opzij
7	LV	gewicht terug
8	RV	draai ½ rechtsom, stap rechts opzij
&	LV	draai ½ rechtsom door, stap links opzij

Houdt deze draaien klein, want ze zijn erg snel.

Right Rock Back, Rock Fwd, Right Chasse With ¼ Turn Right, Step Fwd, ¼ Right, Left Cross Shuffle

1	RV	rock iets diagonaal rechts achter
2	LV	gewicht terug (6.00 uur)
3	RV	stap rechts opzij
&	LV	sluit aan
4	RV	draai ¼ rechtsom, stap voor (9.00 uur)
5	LV	stap voor
6	RV	draai ¼ rechtsom, stap opzij (12.00 uur)
7	LV	kruis over RV
&	RV	stap rechts opzij
8	LV	kruis over RV

Side Step, Left Cross, Full Unwind Right, Left Chasse, Rock, Recover, ¼ Turn Left, Together

1	RV	stap rechts opzij
2	LV	kruis over RV
3		draai een hele cirkel rechtsom en eindig met gewicht op RV
4	LV	stap links opzij
&	RV	sluit aan
5	LV	stap links opzij
6	RV	rock iets diagonaal rechts achter
7	LV	gewicht terug
8	RV	draai ¼ linksom, stap achter
&	LV	sluit aan

Begin opnieuw