

Mind Up

Choreograaf : José Miguel Belloque Vane & Jean- Pierre Madge
Soort Dans : 4 wall line dance
Niveau : Easy Advanced
Tellen : 48
Info : Intro 8 tellen
Muziek : "Hands Up" by Merk & Kremont ft. DNCE (album: Hands Up)

Cross, Kick, Sync. Jazz Box, Fwd, Together, Kick Ball Step

1 RV kruis over
2 LV kick opzij, L arm opzij, R arm omhoog
3 LV kruis over
& RV stap achter
4 LV stap naast
& RV stap voor
5 LV grote stap voor, R vingers onder de kin
6 RV stap naast, duw met R vingers hoofd omhoog
7 LV kick voor
& LV stap op bal voet naast
8 RV stap voor

¼ L Heel Swivel x2, Pose, Coaster, Step Lock Step Fwd x2, Kick Ball

& LV ¼ linksom, draai hak rechts
1 RV ¼ linksom, draai hak rechts
2 LV stap naast, armen gevouwen voor de borst
3 RV stap achter
& LV sluit
4 RV stap voor
5 LV stap links voor
& RV lock achter
6 LV stap voor
& RV stap rechts voor
7 LV lock achter
& RV stap voor
8 LV kick voor
& LV stap op bal voet naast [6]

Cross, Kick, Sync. Jazz Box, Fwd, Together, Kick Ball Step

1 RV kruis over
2 LV kick opzij, L arm opzij, R arm omhoog
3 LV kruis over
& RV stap achter
4 LV stap naast
& RV stap voor
5 LV grote stap voor, R vingers onder de kin
6 RV stap naast, duw met R vingers hoofd omhoog
7 LV kick voor
& LV stap op bal voet naast
8 RV stap voor

¼ L Heel Swivel x2, Pose, Coaster, Step Lock Step Fwd x2, Kick Ball

& LV ¼ linksom, draai hak rechts
1 RV ¼ linksom, draai hak rechts
2 LV stap naast, armen gevouwen voor de borst
3 RV stap achter
& LV sluit
4 RV stap voor
5 LV stap links voor
& RV lock achter
6 LV stap voor
& RV stap rechts voor
7 LV lock achter
& RV stap voor
8 LV kick voor
& LV stap op bal voet naast [12]

Side, Sailor, ¼ L Lock/Hitch, Fwd, ¼ L Side, ½ L Side, Ball Cross ¼ L x3

1 RV stap opzij
2 LV kruis achter
& RV stap naast
3 LV stap opzij
& RV ¼ linksom, lock achter en hitch LV
4 LV stap voor
5 RV ¼ linksom, stap opzij
6 LV ½ linksom, stap opzij
& RV ¼ linksom, stap op de plaats
7 LV kruis over
& RV ¼ linksom, stap op de plaats
8 LV kruis over
& RV ¼ linksom, stap op de plaats
1 LV kruis over [3]

Hold, Ball Lock, Out Out, Ball Cross, Stomp, Hold, Toe Heel Swivel, Hitch

2 rust
& RV stap op bal voet opzij
3 LV lock achter
& RV stap opzij (out)
4 LV stap opzij (out)
& RV stap op bal voet naast
5 LV kruis over
6 RV stamp opzij
7 rust
& RV draai tenen naar binnen
8 RV draai hak naar binnen
& RV hitch

Begin opnieuw

Restart:

Dans de 5^e muur t/m tel 32& (tel 8& van het 4^e blok) en begin opnieuw