

Slow Poke

Choreograaf : Norman Gilford
Soort Dans : Partner dance
Niveau : Beginner / Intermediate
Tellen : 32
Info : 134 / 135 Bpm - Begin Right Open Promenade.
Passen heer staan vermeld, die van de dame zijn tegengesteld
Muziek : "I Still Like Bologna" by Alan Jackson (CD: Good Time)
"Slow Poke" by Pee Wee King (CD:Biggest Hits/Country Barn Dance)
Bron :

Step, Brush, Hook, Brush, L&R

1 LV stap voor
2 RV veeg met bal
3 RV hook voor L been
4 RV veeg met bal
5 RV stap voor
6 LV veeg met bal
7 LV hook voor L been
8 LV veeg met bal

Step, Brush, Step, Brush, Step, Lock, Step, Brush

1 LV stap voor
2 RV veeg me bal
3 RV stap voor
4 LV veeg met bal
5 LV stap voor
6 RV lock achter LV
7 LV stap voor
8 RV veeg met bal

Rock Step, ¼ Turn, Weave (4) ¼ Turn, Brush

1 RV rock voor
2 LV gewicht terug
3 RV draai ¼ rechtsom en stap opzij

Open double hand hold
Heer OLOD, dame ILOD

4 LV stap gekruist over
5 RV stap opzij
6 LV stap gekruist achter
7 RV ¼ rechtsom en stap voor

Left open promenade. RLOD
8 LV veeg met bal

Rock Step ½ Turn, Step, Brush, Step, Lock, Step, Brush

1 LV rock voor
Handen los
2 RV gewicht terug met ½ linksom
Right open promenade LOD
3 LV stap voor
4 RV veeg met bal
5 RV stap voor
6 LV lock achter RV
7 RV stap voor
8 LV veeg met bal

Step ¼ Turn, Together, In Place, Hold, Side, Together, In Place, Hold

1 LV ¼ rechtsom, stap opzij
2 RV stap naast
Open double hand hold
Heer OLOD, dame ILOD
3 LV stap op de plaats
4 rust
5 RV stap opzij
6 LV stap naast
7 RV stap op de plaats
8 rust

Rock Step Back, Step ½ Turn, Hold, Side, Cross, Side, Hold

1 LV rock achter
2 RV gewicht terug
Heer RH laat dame LH los en pak deze weer vast na de draai.
Heer LH, dame RH omhoog, dame draait onder arm
3 LV ½ rechtsom, stap achter

Open double hand hold
Heer ILOD, dame OLOD

4 rust
5 RV stap opzij
6 LV stap gekruist over
7 RV stap opzij
8 rust

Rock Step Back, Step ½ Turn, Hold, Side, Cross, Side, Hold

1 LV rock achter
2 RV gewicht terug
Heer RH laat dame LH los en pak deze weer vast na de draai.
Heer LH, dame RH omhoog, dame draait onder arm
3 LV ½ rechtsom, stap achter
Open double hand hold
Heer OLOD, dame ILOD
4 rust

5 RV stap opzij
6 LV stap gekruist over
7 RV stap opzij
8 rust

Open double hand hold.

Rock Step ¼ Turn, Step, Brush,

Step, Lock, Step, Brush

1 LV ¼ linksom, rock achter
LOD, heer LH laat dame RH los
2 RV gewicht terug

Right open promenade LOD
3 LV stap voor

4 RV veeg met bal
5 RV stapvoor
6 LV lock achter RV
7 RV stap voor
8 LV veeg met bal

Begin opnieuw