

Woman Up

Choreograaf : Rachael McEnaney & Amy Christian
Soort Dans : 4 wall line dance
Niveau : Intermediate
Tellen : 48
Info : 105 Bpm - Start na 8 tellen beat op zang
Muziek : "Woman Up" by Meghan Trainor (album: Thank You)

Vaudeville x2, Cross, Side, ¼ L Sailor

1 LV kruis over
& RV stap opzij
2 LV tik hak links voor
& LV sluit
3 RV kruis over
& LV stap opzij
4 RV tik hak rechts voor
& RV sluit
5 LV kruis over
6 RV stap opzij
7 LV ¼ linksom, kruis achter
& RV stap naast
8 LV stap iets voor

Walk x2, Mambo ½ R, ½ R Back, ¼ R Side, Cross Shuffle

1 RV stap voor
2 LV stap voor
3 RV rock voor
& LV gewicht terug
4 RV ½ rechtsom, stap voor
5 LV ½ rechtsom, stap achter
6 RV ¼ rechtsom, stap opzij
7 LV kruis over
& RV stap opzij
8 LV kruis over

Side, ⅛ L Close, Fwd, Shuffle Fwd, Pivot ½ L, Mambo Fwd

& RV stap opzij
1 LV ⅛ linksom, stap naast
2 RV stap voor
3 LV stap voor
& RV sluit aan
4 LV stap voor
5 RV stap voor
6 R+L ½ draai linksom
7 RV rock voor
& LV gewicht terug
8 RV stap iets achter [4.30]

½ L Side, Point, ⅛ R Fwd/Sweep, Cross, Side, ⅛ L Back, Back, ⅛ L Side, Fwd, Heel Switch

& LV ¼ linksom, stap opzij
1 RV tik opzij
2 RV ⅛ rechtsom, stap voor en
sweep LV voor
3 LV kruis over
& RV stap opzij
4 LV ⅛ linksom, stap achter
5 RV stap achter
& LV ⅛ linksom, stap opzij
6 RV stap voor
7 LV tik hak voor
& LV sluit
8 RV tik hak voor [12]

Close, Cross, Point, Cross Shuffle, Side, Touch, Kick Ball Cross

& RV sluit
1 LV kruis over
2 RV tik opzij
3 RV kruis over
& LV stap opzij
4 RV kruis over
5 LV grote stap opzij
6 LV tik naast
7 RV kick rechts voor
& RV stap op bal voet naast
8 LV kruis over

¼ R Samba, Samba, Full Paddle R

1 RV ¼ rechtsom, kruis over
& LV rock opzij
2 RV gewicht terug
3 LV kruis over
& RV rock opzij
4 LV gewicht terug
5 RV ¼ rechtsom, stap voor
& LV ⅛ rechtsom, stap naast
6 RV ¼ rechtsom, stap voor
& LV ⅛ rechtsom, stap naast
7 RV ¼ rechtsom, stap voor
& LV stap opzij
8 RV stap naast [3]

Bridge:

Na de 5^e muur:

Cross, Point, Cross Shuffle, Side, Touch, Kick Ball Cross

1 LV kruis over
2 RV tik opzij
3 RV kruis over
& LV stap opzij
4 RV kruis over
5 LV grote stap opzij
6 LV tik naast
7 RV kick rechts voor
& RV stap op bal voet naast
8 LV kruis over

¼ R Samba, Samba, Full Paddle R

1 RV ¼ rechtsom, kruis over
& LV rock opzij
2 RV gewicht terug
3 LV kruis over
& RV rock opzij
4 LV gewicht terug
5 RV ¼ rechtsom, stap voor
& LV ⅛ rechtsom, stap naast
6 RV ¼ rechtsom, stap voor
& LV ⅛ rechtsom, stap naast
7 RV ¼ rechtsom, stap voor
& LV stap opzij
8 RV stap naast

Ending:

*Dans de 7^e muur t/m tel 12 (tel 4 van
het 2^e blok) en eindig met:*

5 LV ½ rechtsom, stap achter
6 RV ½ rechtsom, stap voor
7 LV stap voor
& RV sluit aan
8 LV stap voor [12]

Begin opnieuw