

Back At One

Choreograaf	:	Mikael Molsa
Soort Dans	:	2 wall line dance
Niveau	:	Intermediate
Tellen	:	32
Info	:	Er is geen muzikale intro, begin na het refrein (ongeveer 37 seconden vanaf begin zang)
Muziek	:	“Back At One” by Mark Wills
Bron	:	

Slide, Rock Step, Full Turn, Slide, Rock Step, 1 ¼ Turn Left

1	RV	Sleep naar rechts opzij
2	LV	Rock achter
&	RV	Gewicht terug
3	LV	Stap voor met ¼ draai linksom
4	RV	Stap voor
&	RV+LVDraai ¾ linksom (gewicht LV)	
5	RV	Sleep rechts opzij
6	LV	Stap achter
&	RV	Gewicht terug
7	LV	Stap voor met ¼ draai linksom
8	RV	Stap achter met ½ draai linksom
&	LV	Stap voor met ½ draai linksom

(Optie: tel 8&: RV stap voor, LV stap voor)

Slide, Rock Step, ¼ Turn Right, Steps Backwards, Sways, Weave

1	RV	Sleep naar rechts opzij
2	LV	Stap achter
&	RV	Gewicht terug
3	LV	Stap achter met ¼ draai rechtsom
4	RV	Stap achter
&	LV	Stap achter
5	RV	Sway heupen naar rechts
6	LV	Sway heupen naar links
7	RV	Gewicht terug
&	LV	Stap gekruist achter RV
8	RV	Stap rechts opzij
&	LV	Stap gekruist over RV

Slide, Quick ¼ Turn right, Slide, Rock Step, Slide, Rock Step, Syncopated Rock Step Forward

1	RV	Sleep naar rechts opzij
2	LV	Stap gekruist voor RV
&	RV+LVDraai ¾ rechtsom (gewicht op RV)	
3	LV	Sleep naar links opzij
4	RV	Stap achter
&	LV	Gewicht terug
5	RV	Sleep naar rechts opzij
6	LV	Stap achter
&	RV	Gewicht terug
7	LV	Stap diagonaal links voor
8	RV	Stap gekruist voor LV
&	LV	Gewicht terug

(Note: Maak in plaats van de ¾ draai rechtsom op tel 1- maak dan op tel 2& ½ draai)

Diagonal Step, Syncopated Rock Step Turning ¼ Turn to Left, Unwind A Full Turn

1	RV	Stap diagonaal rechts voor
2	LV	Stap gekruist voor RV
&	RV	Gewicht terug
3	LV	Stap voor met ¼ draai linksom
4	RV	Stap voor
&	LV	Draai ½ linksom
5	RV	Stap achter met ½ draai linksom
6	LV	Zwaai achter RV en zet neer
7-8	RV+LVDraai hele draai linksom in 2 tellen (gewicht op LV)	

(Optie: Tel 4&5: Maak mambo-steps i.p.v. de draaien)

Begin opnieuw

Tag 1: Wordt gedanst na de 1^e muur Hip Sways

1-4	Sway heupen naar rechts, links, rechts, links
-----	---

Tag 2: Wordt gedanst na de 2^e muur Slide, Rock Step, Slide, Rock Step, Slide, Full Turn, Slide

1	RV	Sleep rechts opzij
2	LV	Stap achter
&	RV	Gewicht terug
3	LV	Sleep links opzij
4	RV	Stap achter
&	LV	Gewicht terug
5	RV	Stap voor met ¼ draai rechtsom
6	LV	Stap voor
&	RV+LV	Draai ¾ rechtsom
7	LV	Sleep links opzij
8	RV	Stap achter
&	LV	Gewicht terug

Tag 3: Wordt gedanst na de 4^e muur

1-2	Zwaai L-hand in een grote boog van rechts – dan over het hoofd en eindig links opzij (Optie: Volg de hand met de ogen)
-----	---