

High Spirits

Choreograaf : Margaret Stenhouse
Soort Dans : 2 wall line dance
Niveau : Beginner / Intermediate
Tellen : 32
Info : 128 Bpm
Muziek : "Spirit In The Sky" by Gareth Gates
Bron :

Toe Points And Knee Hitches

1 RV tik teen gekruist voor LV
2 RV tik teen diagonaal rechts achter
3 RV tik teen gekruist voor LV
4 RV tik teen diagonaal rechts achter
5 RV hitch knie
6 RV tik teen naast LV
7 RV hitch knie
8 RV tik teen naast LV

Optie handbewegingen:

Blok 1:

1 en 3 kruis armen
2 en 4 strek armen diagonaal
4-8 L-hand aan de kant van het oor,
elleboog gestrekt – duw elleboog
naar de knie op tel 5 en omhoog
op 6
herhaal dit op de tellen 7&8

Right Chassé, Cross Rock, Left Chassé, ½

Turn Left, Chassé Right

1 RV stap rechts opzij
& LV stap naast RV
2 RV stap rechts opzij
3 LV rock gekruist voor RV
4 RV gewicht terug
5 LV stap links opzij
& RV stap naast LV
6 LV stap links opzij
7 RV ½ draai linksom, stap rechts opzij
& LV stap naast RV
8 RV stap rechts opzij

Blok 4:

1-4 plaats palmen tegen elkaar,
vingers wijzen omhoog
5-8 op tel 5 en 6 ellebogen op
schouderhoogte, onderarmen en
palmen naar voor en omhoog,
beweeg handen naar links, dan
terug naar het midden.
herhaal dit op de tellen 7 en 8

Grapevine With Full Turn, Cross, Step

1 LV stap links opzij
2 RV stap achter LV
3 LV stap met ¼ draai linksom
4 RV stap voor
5 LV stap met ½ draai linksom
6 RV stap met ¼ draai linksom
7 LV stap gekruist voor RV
8 RV stap rechts opzij

Body Roll (Or Hip Bumps), Jazz Box

1-4 bodyroll

optie 1-4:

1 bump heupen naar rechts
2 bump heupen naar links
3 bump heupen naar rechts
4 bump heupen naar links
5 RV stap gekruist voor LV
6 LV stap achter
7 RV stap rechts opzij
8 LV stap naast RV

Begin opnieuw