

La Bomba

Choreograaf :
Soort Dans : 1 wall line dance
Niveau : Beginner / Intermediate
Tellen : 114
Info :
Muziek : "La Bomba" by King Africa
Bron :

01	RV	rechts opzij	47-50	linker hand achter tegen hoofd leggen, heupen draaien
02	LV	sluit bij		
03	RV	rechts opzij	51-52	lichaam naar rechts draaien, handen tegen hoofd aan houden en elleboog naar buiten duwen
04	LV	sluit bij		
05	LV	links opzij		
06	RV	sluit bij	53-54	lichaam naar links draaien, handen tegen hoofd aan houden en ellebogen naar buiten duwen
07	LV	links opzij		
08	RV	sluit bij	55-56	lichaam naar rechts draaien, handen tegen hoofd aan houden en elleboog naar buiten duwen
09	RV	stap naar voren		
10	LV	sluit bij		
11	RV	stap naar voren		
12	LV	sluit bij	57-58	lichaam naar links draaien, handen tegen hoofd aan houden en ellebogen naar buiten duwen
13	LV	stap naar achter		
14	RV	sluit bij		
15	LV	stap naar achter	59-62	rechter hand op rechter heup leggen, heupen draaien
16	RV	sluit bij	63-66	linker hand op linker heup leggen, heupen draaien
17	RV	klein stukje naar rechts		
18	LV	klein stukje naar links	67-68	lichaam naar rechts draaien, handen op heupen laten, ellebogen naar buiten duwen
19		handen hoog naar rechts uitstrekken		
20		handen hoog naar links uitstrekken		
21		handen rechts naar beneden uitstrekken	69-70	lichaam naar links draaien, handen op heupen laten, ellebogen naar buiten duwen
22		handen rechts naar beneden uitstrekken		
23		handen hoog naar links uitstrekken		
24		handen hoog naar rechts uitstrekken	71-72	lichaam naar rechts draaien, handen op heupen laten, ellebogen naar buiten duwen
25		handen links naar beneden uitstrekken		
26		handen links naar beneden uitstrekken		
27		handen hoog naar rechts uitstrekken	73-74	lichaam naar links draaien, handen op heupen laten, ellebogen naar buiten duwen
28		handen hoog naar links uitstrekken		
29		handen rechts naar beneden uitstrekken		
30		handen rechts naar beneden uitstrekken	75-78	heupen draaien
31		handen hoog naar links uitstrekken	79-86	langzaam door de knieën naar beneden, heupen blijven draaien
32		handen hoog naar rechts uitstrekken	87-88	iets omhoog komen, armen naar rechts uitsteken en dan naar je toe trekken
33		handen links naar beneden uitstrekken		
34		handen links naar beneden uitstrekken		
35		rechter hand achter tegen hoofd leggen	89-90	nog iets omhoog komen, armen naar links uitsteken en dan naar je toe trekken
36		rust		
37		linker hand achter tegen hoofd leggen		
38		rust	91-92	helemaal recht gaan staan, handen naar voren uitsteken en naar je toe trekken
39		rechter hand op rechter heup leggen		
40		linker hand op linker heup leggen	93-94	rust, wel heupen draaien
			95-98	heupen draaien
41		rechter hand op rechter bil leggen		
42		linker hand op linker bil leggen		
43-46		rechter hand achter tegen hoofd leggen, heupen draaien		

La Bomba

Choreograaf :
Soort Dans : 1 wall line dance
Niveau : Beginner / Intermediate
Tellen : 114
Info :
Muziek : "La Bomba" by King Africa
Bron :
Blad : 2

99-106	langzaam door de knieën naar beneden, heupen blijven draaien	51-58	draai in 8 tellen helemaal rond, daarbij zwaaibeweging van de handen
107-108	iets omhoog komen, armen naar rechts uitsteken en dan naar je toe trekken	59-66	draai in 8 tellen helemaal rond, daarbij zwaaibeweging van de handen
109-110	nog iets omhoog komen, armen naar links uitsteken en dan naar je toe trekken		
111-112	helemaal recht gaan staan, handen naar voren uitsteken en naar je toe trekken		
113-114	rust, wel heupen draaien		

herhaal 1 t/m 18, dan 2x 19 t/m 34, daarna afmaken t/m 114

herhaal 1 t/m 18, dan 2x 19 t/m 34, vanaf daar het volgende:

35 RV rechts opzij, handen zwaaibeweging naar rechts
36 LV aansluiten, handen zwaaibeweging naar links
37 RV rechts opzij, handen zwaaibeweging naar rechts
38 LV aansluiten, handen zwaaibeweging naar links
39 RV rechts opzij, handen zwaaibeweging naar rechts
40 LV aansluiten, handen zwaaibeweging naar links
41 RV rechts opzij, handen zwaaibeweging naar rechts
42 LV aansluiten, handen zwaaibeweging naar links
43 LV links opzij, handen zwaaibeweging naar links
44 RV aansluiten, handen zwaaibeweging naar rechts
45 LV links opzij, handen zwaaibeweging naar links
46 RV aansluiten, handen zwaaibeweging naar rechts
47 LV links opzij, handen zwaaibeweging naar links
48 RV aansluiten, handen zwaaibeweging naar rechts
49 LV links opzij, handen zwaaibeweging naar links
50 RV aansluiten, handen zwaaibeweging naar rechts