

Be Strong

4 Wall Line Dance – Beginner/Intermediate ↵

Choreograaf: AudreyWatson
Tellen: 32 Tempo: 114 BPM
Muziek: *The Words 'I Love You'* – Chris De Burgh

1 – 8: DIAGONAL ROCK, RIGHT LOCK STEP, DIAGONAL ROCK, LEFT LOCK STEP

- 1 – 2 Rock RV diagonaal kruis over LV, gewicht terug op LV
- 3 & 4 Stap RV voor, lock LV kruis achter RV, stap RV voor (lichtjes diagonaal links)
- 5 – 6 Rock LV diagonaal kruis over RV, gewicht terug op RV
- 7 & 8 Stap LV voor, lock RV kruis achter LV, stap LV voor (lichtjes diagonaal rechts)

9 – 16: FORWARD ROCK, $\frac{3}{4}$ TURN RIGHT, CROSS SIDE, BEHIND, SIDE, CROSS

- 1 – 2 Rock RV voor, gewicht terug op LV
- 3 & 4 Maak $\frac{3}{4}$ draai rechtsom: R – L – R
- 5 – 6 LV kruis over RV, RV stap opzij
- 7 & 8 LV kruis achter RV, RV stap opzij, LV kruis over RV

17 – 24: ROCK $\frac{1}{4}$ TURN, FORWARD SHUFFLE, FULL TURN, MAMBO STEP

- 1 – 2 Rock RV opzij, gewicht terug op LV en maak $\frac{1}{4}$ draai linksom
- 3 & 4 Stap RV voor, LV sluit aan bij RV, RV stap voor
- 5 – 6 Maak $\frac{1}{2}$ draai rechtsom en stap LV achter, maak $\frac{1}{2}$ draai rechtsom om stap RV voor
- 7 & 8 Rock LV voor, breng gewicht terug op RV, zet LV naast RV

25 – 32: BACK, BACK, $\frac{1}{2}$ TURN SHUFFLE, STEP $\frac{1}{4}$ PIVOT, CROSS, $\frac{1}{2}$ TURN

- 1 – 2 Stap RV achter (slide), stap LV achter (slide)
- 3 & 4 Stap RV $\frac{1}{4}$ draai rechtsom, sluit LV bij RV, stap RV $\frac{1}{4}$ draai rechtsom
- 5 – 6 Stap LV voor, maak $\frac{1}{4}$ draai rechtsom
- 7 & 8 LV kruis over RV, RV achter ($\frac{1}{4}$ draai linksom), LV opzij ($\frac{1}{4}$ draai linksom)

Begin opnieuw.

TAG: aan het einde van de 2de muur en de 5de muur voeg je volgende tellen toe:

ROCKING CHAIR

- 1 – 2 Rock RV kruis over LV, breng gewicht terug op LV
- 3 – 4 Rock RV achter, breng gewicht terug op LV