

Unchain My Feet

2 wall line dance – Intermediate

Choreograaf: Celeste Sali

Tellen: 48 BPM: 158 (ECS)

Muziek: Unchain My Feet – Roger Gabriel (start op zang)

1 – 8: LEFT SIDE SHUFFLE, RIGHT ROCK STEP, RIGHT KICK BALL CHANGE, STEP FORWARD RIGHT, ¼ PIVOT LEFT (WEIGHT LEFT)

1 & 2 LV stap opzij, RV sluit, LV stap opzij
3 – 4 RV rock achter, LV gewicht terug
5 & 6 RV kick voor, RV sluit op bal voet, LV stap op de plaats
7 – 8 RV stap voor, LV stap ¼ linksom opzij

9 – 16: STEP RIGHT FORWARD, HOLD, ¼ TURN LEFT ON LEFT, HOLD, SKATE FORWARD RIGHT, LEFT, RIGHT, LEFT

1 – 2 RV stap voor, rust
3 – 4 LV stap ¼ linksom opzij, rust
5 – 6 RV schaats schuin rechts voor, LV schaats schuin links voor
7 – 8 RV schaats schuin rechts voor, LV schaats schuin links voor
optie 5-8: boogie walks

17 – 24: RIGHT HEEL FORWARD, TOE BACK, HEEL FORWARD, HOOK, RIGHT SHUFFLE FORWARD, TOUCH LEFT TOE SLIGHTLY FWD HEEL OFF FLOOR

1 – 4 RV tik hak voor, RV tik teen achter, RV tik hak voor, RV hok voor L been
5 & 6 RV stap voor, LV sluit aan, RV stap voor
7 – 8 LV tik naast, rust

25 – 32: POINT, CROSS, POINT, MONTEREY ½ TURN RIGHT, POINT, CROSS, POINT, HOLD

1 – 2 LV tik opzij, LV kruis over RV
3 – 4 RV tik opzij, RV stap ½ rechtsom naast LV
5 – 6 LV tik opzij, LV kruis over RV
7 – 8 RV tik opzij, rust

33 – 40: JAZZ BOX ¼ TURN, RIGHT SIDE SHUFFLE, LEFT ROCK STEP

1 – 4 RV kruis over LV, LV stap ¼ rechtsom achter, RV stap opzij, LV kruis over RV
5 & 6 RV stap opzij, LV sluit aan, RV stap opzij
7 – 8 LV rock achter, RV gewicht terug

41 – 48: LEFT SIDE SHUFFLE ¼ TURN RIGHT, RIGHT ROCK STEP, RIGHT HEEL, HOLD, LEFT HEEL, HOLD

1 & 2 LV stap opzij, RV sluit aan, LV stap ¼ rechtsom achter
3 – 4 RV rock achter, LV gewicht terug
5 – 6 RV tik hak voor, rust
&7 – 8 RV sluit, LV tik hak voor, rust

BEGIN OPNIEUW

Tag: Dans de 8ste muur t/m tel 16 (tel 8 van het 2de blok) en voeg de volgende tellen toe:

8 COUNT STOMP & HOLD

1 – 4 RV stamp voor, rust, rust, rust
5 – 8 LV stamp voor, rust, rust, rust

8 COUNT APPLE JACK PATTERN

1&2& R+L draai R hak en L teen links, R+L draai terug, L+R draai L hak en R teen rechts, L+R draai terug
3&4& R+L draai R hak en L teen links, R+L draai terug, L+R draai L hak en R teen rechts, L+R draai terug
5&6& R+L draai R hak en L teen links, R+L draai terug, L+R draai L hak en R teen rechts, L+R draai terug
7&8& R+L draai R hak en L teen links, R+L draai terug, L+R draai L hak en R teen rechts, L+R draai terug

gewicht op LV en ga verder met tel 17 (tel 1 van het 3de blok)