

Hands On My Heart

Choreograaf : Vivienne Scott
Soort dans : 4 muurs linedans
Niveau : Easy Intermediate
Tellen : 64
Intro: 16 tellen

Muziek : Don't Take Your Hands Off My Heart
Artiest : Dawn Sears
Tempo : 113 BPM

CROSS ROCK, RECOVER, SIDE SHUFFLE, CROSS ROCK, RECOVER, SIDE SHUFFLE

01 RV rock gekruist over LV
02 Breng gewicht terug op LV
03&04 Shuffle rechts opzij met R/L/R
05 LV rock gekruist over RV
06 Breng gewicht terug op RV
07&08 Shuffle links opzij met L/R/L

ROCK FORWARD, RECOVER, 1/2 TURN SHUFFLE, PIVOT 1/2 TURN, SHUFFLE FORWARD

01 RV rock voor
02 Breng gewicht terug op LV
03&04 Shuffle 1/2 draai rechtsom met R/L/R [6]
05 LV stap voor
06 LV + RV maak 1/2 draai rechtsom
07&08 Shuffle naar voor met L/R/L [12]
***Restartpunt 4e muur*

ROCK FORWARD, RECOVER, 1/4 TURN SHUFFLE, WEAVE

01 RV rock voor
02 Breng gewicht terug op LV
03&04 1/4 draai rechtsom en shuffle opzij R/L/R
05 LV kruis over RV
06 RV stap opzij
07 LV kruis achter RV
08 RV stap opzij [3]

CROSS ROCK, RECOVER, 1/4 TURN SHUFFLE, PIVOT 1/2 TURN X2

01 LV rock gekruist over RV
02 Breng gewicht terug op RV
03&04 1/4 draai linksom en shuffle op de plaats met L/R/L [12]
05 RV stap voor
06 RV + LV maak 1/2 draai linksom
07 RV stap voor
08 RV + LV maak 1/2 draai linksom [12]

SHUFFLE FORWARD, PIVOT 1/2 TURN X2, SHUFFLE FORWARD

01&02 Shuffle naar voor met R/L/R
03 LV stap voor
04 LV + RV maak 1/2 draai rechtsom
05 LV stap voor
06 LV + RV maak 1/2 draai rechtsom
07&08 Shuffle naar voor met met L/R/L [12]
Optie voor tellen 3-6: Rocking Chair

ROCKS FORWARD, SIDE, BACK, SWAYS

01 RV rock voor
02 Breng gewicht terug op LV
03 RV rock rechts opzij
04 Breng gewicht terug op LV
05 RV rock achter
06 Breng gewicht terug op LV
07 RV stap iets opzij en duw heupen rechts
8 Duw heupen naar links

STEP, HOLD, ROCK BACK, RECOVER, STEP TURNS, SHUFFLE FORWARD

01 RV stap opzij
02 Rust
03 LV rock achter
04 Breng gewicht terug op RV
05 1/4 draai rechtsom en stap LV achter
06 Maak 1/2 draai rechtsom en stap RV voor
07&08 Shuffle naar voor met L/R/L [9]

R DIAGONAL LOCK FORWARD, BRUSH, L DIAGONAL LOCK FORWARD, BRUSH

01 RV stap rechts diagonaal voor
02 LV kruis achter RV
03 RV stap rechts diagonaal voor
04 LV veeg met bal van voet naar voor
05 LV stap links diagonaal voor
06 RV kruis achter LV
07 LV stap links diagonaal voor
08 RV veeg met bal van voet naar voor [9]

Begin opnieuw

RESTART:

In de 4e muur dans t/m tel 16 en start de dans daarna opnieuw. Je staat dan op 03.00 uur.