

I Can Do Hard Things (Augustus 2019)
Choreografie : Rachael McEnaney-White
Soort dans : 2 muurs lijndans
Niveau : Intermediate / Advanced waltz style
Tellen : 96
Start op 24 tellen vanaf de beat op 01.30 uur

(1-12) L fwd, Drag, R back, Drag, L fwd, 1/2 turn L, R coaster step

1 LV stap voor (01.30),
2-3 RV sleep bij
4 RV stap achter
5-6 LV sleep bij

1 LV stap voor
2-3 LV op bal v.d. voet 1/2 draai linksom
en RV sleep bij (07.30)
4 RV stap achter,
5 LV stap naast RV
6 RV stap voor

(13-24) L fwd, R point, R back, L point, L fwd, 1/2 turn L back R, L back, R back, 1/2 turn L, R fwd

1 2 3 LV stap voor, RV tik teen opzij, Rust
4 5 6 RV stap achter, LV tik teen opzij, Rust*
***Restartpunt 3e muur (07.30)**

1 LV stap voor
2 RV 1/2 draai linksom, stap achter (01.30)
3 4 LV stap achter, RV stap achter
5 LV 1/2 draai linksom, stap voor (07.30)
6 RV stap voor

(25 – 36) L fwd sweeping R with 1/8 turn L, R cross, L side, Drag, R 1/8 turn L, L back, R hook, R fwd, L fwd, 1/2 pivot R

1 LV 1/8 draai linksom, RV sweep voor (06.00)
2 3 Rust, RV stap gekruist voor LV
4 5 LV stap opzij, RV sleep bij
6 RV 1/8 draai linksom, stap naast LV (04.30)

1 2 LV stap achter, RV sleep bij
3 RV buig voor LB
4 5 RV stap voor, LV stap voor
6 LV+RV 1/2 pivot turn rechtsom (10.30)

(37 – 48) L fwd, full spiral turn R, R twinkle with 1/8 turn R, L cross rock, hold, recover R, 1/4 turn L, 1/2 turn L back R

1 LV stap voor
2-3 LV op bal v.d. voet hele draai rechtsom
4 RV stap voor
5 LV 1/8 draai rechtsom, stap opzij (12.00)
6 RV stap voor

1 LV rock gekruist voor RV
2-3 Rust
4 RV gewicht terug
5 LV 1/4 draai linksom, stap voor (09.00)
6 RV 1/2 draai linksom, stap achter (03.00)

Vertaling : [All Country](#)
Muziek : I Can Do Hard Things (Full Version)
Artiest : Jennifer Nettles
Tempo : 144 BPM
[Dansvideo](#)

[49 – 60] 1/4 turn L stepping L side, Drag, R side, Drag, L twinkle, R twinkle 1/4 turn R

1 LV 1/4 draai linksom, stap opzij (12.00)
2-3 RV sleep bij
4 RV stap opzij
5-6 LV sleep bij

1 LV stap gekruist voor RV
2 3 RV stapje opzij, LV stapje opzij
4 5 RV stap gekruist voor LV, LV stap opzij
6 RV 1/4 draai rechtsom, stap voor (03.00)

(61 – 72) L fwd, R hitch, Hold, R fwd, L hitch, Hold, L cross, 1/2 Monterey turn R, L point, Hold

1 LV stap iets gekruist voor RV
2 3 RV hitch, Rust
4 RV stap iets gekruist voor LV
5 6 LV hitch, Rust

1 LV stap gekruist voor RV
2 3 RV tik teen opzij, Rust
4 RV 1/2 draai rechtsom, stap naast LV (09.00)
5 6 LV tik teen opzij, Rust

(73 – 84) L fwd, R 1/8 turn R, L close, R fwd, L 1/8 turn R, R close, L 1/8 turn L, R slow kick, R back, 1/8 turn L side, 1/8 turn L stepping R fwd

1 LV stap voor
2 RV 1/8 draai rechtsom, stap opzij (10.30)
3 LV stap naast RV
4 RV stap voor
5 LV 1/8 draai rechtsom, stap opzij (12.00)
6 RV stap naast LV

1 LV 1/8 draai linksom, stap voor (10.30)
2 3 RV kick voor
4 RV stap achter
5 LV 1/8 draai linksom, stap opzij (09.00)
6 RV 1/8 draai linksom, stap voor (07.30)

(85 – 96) L fwd, R side, L back, R back, L side, R fwd, L fwd, R side, L back, R back, L side, R fwd

1 LV stap voor
2 RV 1/8 draai linksom, stap opzij (06.00)
3 LV 1/8 draai linksom, stap achter (04.30)
4 RV stap achter
5 LV 1/8 draai linksom, stap opzij (03.00)
6 RV 1/8 draai linksom, stap voor (01.30)

1 LV stap voor
2 RV 1/8 draai linksom, stap opzij (12.00)
3 LV 1/8 draai linksom, stap achter (10.30)
4 RV stap achter
5 LV 1/8 draai linksom, stap opzij (09.00)
6 RV 1/8 draai linksom, stap voor (07.30)

Begin opnieuw