Be Strong
Soort Dans : 4 Muurs Linedans
Choreograaf : Audrey Watson
Nivo : Beginner
Tellen : 32

Home
Muziek : The Words I Love You
Artiest : Chris De Burgh
Tempo : 114 BPM
Begin op de zang na 16 tellen

Diagonal Rock, Right Lock Step,
Diagonal Rock, Left Lock Step
1 RV stap schuin links voor LV
2 LV gewicht terug
3 RV stap voor
& LV stap gekruist achter RV
4 RV stap voor
(schuin voorwaarts op de linker diagonaal)
5 LV stap schuin rechts voor RV
6 RV gewicht terug
7 LV stap voor
& RV stap gekruist achter LV
8 LV stap voor
(schuin voorwaarts op de rechter diagonaal)

FWD Rock, ¾ Turn Right, Cross,
Side Behind, Side, Cross
1 RV stap voor
2 LV gewicht terug
3 RV stap met ¼ draai rechtsom
& LV stap met ¼ draai rechtsom
4 RV stap met ¼ draai rechtsom (9 uur)
5 LV stap gekruist voor RV
6 RV stap opzij
7 LV stap gekruist achter RV
& RV stap opzij
8 LV stap gekruist voor RV

Rock ¼ Turn, FWD Shuffle, Full Turn,
Mambo Step
1 RV stap opzij
2 LV draai ¼ linksom, stap voor (6 uur)
3 RV stap voor
& LV sluit
4 RV stap voor
5 LV draai ½ rechtsom, stap achter
6 RV draai ½ rechtsom, stap voor
7 LV stap voor
& RV stap achter
8 LV sluit

Back, Back, ½ Turn Shuffle,
Step ¼ Pivot, Cross, ½ Turn
1 RV stap achter (slide)
2 LV stap achter (slide)
3 RV draai ¼ rechtsom, stap opzij
& LV sluit
4 RV draai ¼ rechtsom, stap voor
5 LV stap voor
6 RV draai ¼ rechtsom, stap opzij (3 uur)
7 LV stap gekruist voor RV
& RV draai ¼ linksom, stap achter
8 LV draai ¼ linksom, stap opzij (9 uur)
Begin opnieuw

Tag: aan het eind van muur 2 (6 uur)
en muur 5 (9 uur:) Rocking Chair
1 RV stap gekruist voor LV
2 LV gewicht terug
3 RV stap achter
4 LV gewicht terug

Finish: De dans eindigt naar 9 uur,
vervang tel 5 in eerste sectie door
¼ draai rechtsom,LV stap opzij