

Feel Free

Choreograaf : Bill Gallagher
Soort Dans : Partner Contra Line Dance
Niveau : Beginner / Intermediate
Tellen : 72
Info : 104 Bpm start in gesloten western danshouding
Muziek : "Feel Free" by The Bellamy Brothers (CD: Sons Of Beaches)
Bron :

HEER

Rock Step With ¼ Turns, Cha Cha Cha

5 RH los, 6 RH vast

1 RV rock ¼ draai over LV
2 LV gewicht met ¼ draai terug
3 RV stapje opzij
& LV sluit aan
4 RV stapje opzij
5 LV rock ¼ draai over RV
6 RV gewicht met ¼ draai terug
7 LV stapje opzij
& RV sluit aan
8 LV stap opzij

Cross ¼ Turn, ¾ Turn, Cha Cha Cha

1 LH los, 2 H boven hoofd, 3&4 start pos.

1 RV stap ¼ draai over LV
2 R+L ¾ draai linksom
3 RV stapje opzij
& LV sluit aan
4 RV stapje opzij

Rock Step, Cha Cha Cha Back, Back Rock, Cha Cha Cha Forward

1 LV rock voor
2 RV gewicht terug
3 LV stapje achter
& RV sluit aan
4 LV stapje achter
5 RV rock achter
6 LV gewicht terug
7 RV stapje voor
& LV sluit aan
8 RV stapje voor

Rock Step With ¼ Turn, Cha Cha Cha

1 RH los, 2 RH vast, 5 LH los, 6 LH vast

1 LV rock ¼ draai over RV
2 RV gewicht met ¼ draai terug
3 LV stapje opzij
& RV sluit aan
4 LV stapje opzij
5 RV rock ¼ draai over LV
6 LV gewicht met ¼ draai terug
7 RV stapje opzij
& LV sluit aan
8 RV stapje opzij

Rock Step With ¼ Turn, Cha Cha Cha Cross ¼ Turn, ¾ Turn, Cha Cha Cha

1 RH los, 2 RH vast, 5 LH los, 6 H boven hoofd, 7&8 handen los

1 LV rock ¼ draai over RV
2 RV gewicht met ¼ draai terug
3 LV stapje opzij
& RV sluit aan
4 LV stapje opzij
5 RV stap ¼ draai over LV
6 R+L ¾ draai linksom
7 RV stapje opzij
& LV sluit aan
8 RV stapje opzij

Step, Pivot ½ Turn R., Cha Cha Cha, Walk, Walk, Cha Cha Cha

Dame volgt achter heer

1 LV stap voor
2 R+L ½ draai rechtsom
3 LV stapje voor
& RV sluit aan
4 LV stapje voor
5 RV stap voor
6 LV stap voor
7 RV stapje voor
& LV sluit aan
8 RV stapje voor

Step, Pivot ½ Turn R., Cha Cha Cha, Walk, Walk, Cha Cha Cha

Heer volgt achter dame

1 LV stap voor
2 R+L ½ draai rechtsom
3 LV stapje voor
& RV sluit aan
4 LV stapje voor
5 RV stap voor
6 LV stap voor
7 RV stapje voor
& LV sluit aan
8 RV stapje voor

Rock Step, Cha Cha Cha Back, Back, Back, Cha Cha Cha Back

Dame volgt heer tegenover elkaar

1 LV rock voor
2 RV gewicht terug
3 LV stapje achter
& RV sluit aan
4 LV stapje achter
5 RV stapje achter
6 LV stapje achter
7 RV stapje achter
& LV sluit aan
8 RV stapje achter

Back Rock, Cha Cha Cha, Walk, Walk, Cha Cha Cha

Heer volgt dame tegenover elkaar

1 LV rock achter
2 RV gewicht terug
3 LV stapje voor
& RV sluit aan
4 LV stapje voor
5 RV stapje voor
6 LV stapje voor
7 RV stapje voor
& LV sluit aan
8 RV stapje voor

Rock Step, Cha Cha Cha

Weer in start positie

1 LV rock voor
2 RV gewicht terug
3 LV stap op de plaats
& RV sluit aan
4 LV stap op de plaats

Begin opnieuw

Feel Free

Choreograaf : Bill Gallagher
Soort Dans : Partner Contra Line Dance
Niveau : Beginner / Intermediate
Tellen : 72
Info : 104 Bpm start in gesloten western danshouding
Muziek : "Feel Free" by The Bellamy Brothers (CD: Sons Of Beaches)
Bron :

DAME

Rock Step With ¼ Turns, Cha Cha Cha

5 LH los, 6 LH vast

1 LV rock ¼ draai over RV
2 RV gewicht met ¼ draai terug
3 LV stapje opzij
& RV sluit aan
4 LV stapje opzij
5 RV rock ¼ draai over LV
6 LV gewicht met ¼ draai terug
7 RV stapje opzij
& LV sluit aan
8 RV stapje opzij

Cross ¼ Turn, ¾ Turn, Cha Cha Cha

1 RH los, 2 H boven hoofd, 3 & 4 start positie

1 LV stap ¼ draai over RV
2 R+L ¾ draai rechtsom
3 LV stapje opzij
& RV sluit aan
4 LV stapje opzij

Back Rock, Cha Cha Cha Forward, Rock Step, Cha Cha Cha Back

1 RV rock achter
2 LV gewicht terug
3 RV stapje voor
& LV sluit aan
4 RV stapje voor
5 LV rock voor
6 RV gewicht terug
7 LV stapje achter
& RV sluit aan
8 LV stapje achter

Rock Step With ¼ Turns, Cha Cha Cha

1 LH los, 2 LH vast, 5 RH los, 6 RH vast

1 RV rock ¼ draai over LV
2 LV gewicht met ¼ draai terug
3 RV stapje opzij
& LV sluit aan
4 RV stapje opzij
5 LV rock ¼ draai over RV
6 RV gewicht met ¼ draai terug
7 LV stapje opzij
& RV sluit aan
8 LV stapje opzij

Rock Step With ¼ Turn, Cha Cha Cha Cross ¼ Turn, ¾ Turn, Cha Cha Cha

1 LH los, 2 LH vast, 5 RH los, 6 H boven hoofd, 7 & 8 handen los

1 RV rock ¼ draai over LV
2 LV gewicht met ¼ draai terug
3 RV stapje opzij
& LV sluit aan
4 RV stapje opzij
5 LV stap ¼ draai over RV
6 R+L ¾ draai rechtsom
7 LV stapje opzij
& RV sluit aan
8 LV stapje opzij

Back Rock, Cha Cha Cha, Walk, Walk, Cha Cha Cha

Dame volgt achter heer

1 RV rock achter
2 LV gewicht terug
3 RV stapje voor
& LV sluit aan
4 RV stapje voor
5 LV stapje voor
6 RV stapje voor
7 LV stapje voor
& RV sluit aan
8 LV stapje voor

Step, Pivot ½ Turn L., Cha Cha Cha, Walk, Walk, Cha Cha Cha

Heer volgt achter dame

1 RV stapje voor
2 R+L ½ draai linksom
3 RV stapje voor
& LV sluit aan
4 RV stapje voor
5 LV stapje voor
6 RV stapje voor
7 LV stapje voor
& RV sluit aan
8 LV stapje voor

Step, Pivot ½ Turn L., Cha Cha Cha, Walk, Walk, Cha Cha Cha

Dame volgt heer tegenover elkaar

1 RV stapje voor
2 R+L ½ draai linksom
3 RV stapje voor
& LV sluit aan
4 RV stapje voor
5 LV stapje voor
6 RV stapje voor
7 LV stapje voor
& RV sluit aan
8 LV stapje voor

Rock Step, Cha Cha Cha Back, Back, Back, Cha Cha Cha Back

Heer volgt dame tegenover elkaar

1 RV rock voor
2 LV gewicht terug
3 RV stapje achter
& LV sluit aan
4 RV stapje achter
5 LV stapje achter
6 RV stapje achter
7 LV stapje achter
& RV sluit aan
8 LV stapje achter

Back Rock, Cha Cha Cha

Weer in start positie

1 RV rock achter
2 LV gewicht terug
3 RV stap op de plaats
& LV sluit aan
4 RV stap op de plaats

Begin opnieuw