

Hit The 4

Choreograaf : Rob Fowler & Colin Ghys (January 2026)
Soort Dans : 2 wall line dance
Niveau : High Intermediate
Tellen : 64
Intro : 16 tellen
Muziek : Hit The 4 – DJTEXX



SEC 1: ¼ L Hitching R, Side R, Prep/Twist ¼ R, ¼ L, ½ L Back R, L Coaster, Step Fwd R

1-2 LV ¼ draai L-om hitch RK, RV stap rechts opzij (9:00)
3 Twist bovenlichaam ¼ rechts opzij kijk naar 12:00 (voeten blijven op de plaats)
4 LV ¼ draai L-om gewicht terug (6:00)
5 RV ½ draai L-om stap achter (12:00)
6&7-8 LV stap achter, RV stap naast LV, LV stap voor, RV stap voor

SEC 2: Rock Fwd, Recover, Shuffle ½ Turn L, Step Fwd R, Pivot ¼ L, Cross R, Side L, Touch R Heel

1-2 LV rock voor, RV gewicht terug
3&4 LV ¼ draai L-om stap links opzij, RV stap naast LV, LV ¼ draai L-om stap voor (6:00)
5-6 RV stap voor, RV+LV ¼ pivot L-om (3:00)
7&8 RV kruis over LV, LV stap links opzij, RV tik hiel diagonaal rechts voor

SEC 3: Ball Cross, Hold, Full Spiral R, Hold, Side Rock, Recover, R Behind-Side-Cross

&1-2 RV stap op bal van de voet naast LV, LV kruis over RV, rust
3-4 Hele spiral draai R-om, rust
5-6 RV rock rechts opzij, LV gewicht terug
7&8 RV kruis achter LV, LV stap links opzij, RV kruis over LV

SEC 4: Side L, Hold, Ball Side, Hitch, ¼ R Step R, Paddle Turn ½ R

1-2 LV stap links opzij, rust
&3-4 RV stap op bal van de voet naast LV, LV stap links opzij, RK hitch
5 RV ¼ draai R-om stap voor (6:00)
6-7 RV 1/6 draai R-om LV tik teen links opzij, RV 1/6 draai R-om LV tik teen links opzij
8 RV 1/6 draai R-om LV tik teen links opzij (12:00)
Note: 6-7-8 + ½ paddle turn R

Bridge:muur 2 & 4 (* zie note)

SEC 5: Cross L, Side R, Behind L, Side R, Touch L Heel, Ball Cross, Side L With ½ Turn R, R Chasse

1-2 LV kruis over RV, RV stap rechts opzij
3&4 LV kruis achter RV, RV stap rechts opzij, LV tik hiel diagonaal links voor
&5 LV stap op bal van de voet naast RV, RV kruis over LV
6 LV ½ draai R-om stap links opzij (6:00)
7&8 RV stap rechts opzij, LV stap naast RV, RV stap rechts opzij

SEC 6: L Cross & Heel, Ball Cross, Side L, R Sailor, L Sailor

1&2 LV kruis over RV, RV stap rechts opzij, LV tik hiel diagonaal links voor
&3-4 LV stap op bal van de voet naast RV, RV kruis over LV, LV stap links opzij
5&6 RV stap achter LV, LV stap links opzij, RV stap rechts opzij
7&8 LV stap achter RV, RV stap rechts opzij, LV stap links opzij

SEC 7: R Brush-Out-Out, Heel Twists, Roll Hips with Knee Bounces

1&2 RV brush voor, RV stap rechts opzij, LV stap links opzij
&3 RV twist hiel naar binnen, RV terug naar het midden
&4 LV twist hiel naar binnen, LV terug naar het midden
5-8 Draai heupen ACC en bounce knieën tegelijkertijd

SEC 8: Step Fwd R, Pivot ½ L, Step Fwd R, Twist L Heel ¼ R, Twist R Heel ¼ R, L Coaster, Walk R, L
1-2 RV stap voor, RV+LV ½ pivot L-om (12:00)
3& RV stap voor, LV twist hiel ¼ draai R-om (9:00)
4 RV twist hiel ¼ draai R-om (6:00)
5&6 LV stap achter, RV stap naast LV, LV stap voor
7-8 RV stap voor, LV stap voor** **Wall 4: Step change, see note below**

Begin Opnieuw

***Bridge: Muur 2&4: (6:00): dans t/m SEC 4 (paddle turn), voeg daarna de volgende tellen toe:**

1-2 LV rock gekruist over RV, RV gewicht terug
3-4& LV stap links opzij, RK hitch, RV stap naast LV

Ga hierna door met de dans vanaf SEC 5

****Step Change: muur 4 (12:00): dans t/m tel 6 van SEC 8 : vervang tellen 7-8 (RV stap voor, LV stap voor) door 3 kleine stapjes vooruit R-L-R met gebogen knieën.**

Volgorde:

Muur 1 helemaal

Muur 2 dans t/m SEC 4, daarna de brug, vervolg de dans vanaf SEC 5

Muur 3 helemaal

Muur 4 dans t/m SEC 4, daarna de brug, vervolg de dans vanaf SEC 5, vervang de laatste 2 tellen (zie step change)

Muur 5 start vanaf SEC 5

Muur 6 helemaal

Ending: muur 7 (12:00): dans t/m tel 2 SEC 2, vervang de shuffle ½ L-om door een hele triple draai L-om, RV tik teen rechts opzij, RK hitch gekruist voor LB