

Four Five Seconds



Choreograaf : Kate Sala
Soort Dans : 4 wall line dance
Niveau : Intermediate
Tellen : 64
Info : 124 Bpm - Intro 64 tellen
Muziek : "Forfiveseconds (extended workout mix)" by The Workout Crew
(album: Forfiveseconds)

Step Forward, Lock With Hitch, Step Back, Touch, Step Forward, Paddle Left x2, Cross Step

1-2 RV stap voor, LV lock achter en hitch RV
3-5 RV stap achter, LV tik gekruist over, LV stap voor
6-8 RV $\frac{1}{4}$ linksom en tik opzij, RV $\frac{1}{4}$ linksom en tik opzij, RV kruis over

Point Left & Long Step Right, Together, Modified Jazz Box, Step Right, Pivot $\frac{1}{4}$ Turn Left

1&2 LV tik opzij, LV stap naast, RV grote stap opzij
3-4 LV stap naast, RV kruis over
5&6 LV stap achter, RV stap opzij, LV kruis over
7-8 RV stap opzij, R+L $\frac{1}{4}$ draai linksom

Forward Rock Recover, Full Turn Back, Step Back Bumping Hips Back x2, Mambo Step

1-2 RV rock voor, LV gewicht terug
3-4 RV $\frac{1}{2}$ rechtsom en stap voor, LV $\frac{1}{2}$ rechtsom en stap achter
5&6 RV kleine stap achter op bal voet en bump heupen achter, LV lock voor, RV stap achter
7&8 LV rock achter, RV gewicht terug, LV stap voor

Cross, Side & Heel Dig Across Ball Side Step, Touch Behind Pivot $\frac{1}{2}$ Turn, Step $\frac{1}{2}$ Turn

1-2 RV kruis over, LV stap opzij
&3&4 RV kleine stap achter, LV tik hak gekruist voor, LV stap naast op bal voet, RV stap opzij
5-8 LV tik achter, L+R $\frac{1}{2}$ draai linksom, RV stap voor, R+L $\frac{1}{2}$ draai linksom

Cross Rock Recover, Sweep, Weave Left, Side Rock Recover, Weave Right

1-2 RV rock gekruist over, LV gewicht terug en sweep RV achter
3&4 RV kruis achter, LV stap opzij, RV kruis over
5-6 LV rock opzij, RV gewicht terug
7&8 LV kruis achter, RV stap opzij, LV kruis over

Turn $\frac{1}{2}$ Left, Cross Rock, Step Right, Cross, $\frac{1}{4}$ Turn Left, $\frac{1}{4}$ Turn Left Into Left Chassé

1-2 RV $\frac{1}{4}$ linksom en stap achter, LV $\frac{1}{4}$ linksom en stap opzij
3&4 RV rock gekruist over, LV gewicht terug, RV stap opzij
5-6 LV kruis over, RV $\frac{1}{4}$ linksom en stap achter
7&8 LV $\frac{1}{4}$ linksom en stap opzij, RV sluit, LV stap opzij

Cross, Back, Back x2, Step Forward, Pivot $\frac{1}{2}$ Turn Left, Pivot $\frac{1}{2}$ Right, Step Pivot $\frac{1}{2}$ Turn Left, Step

1&2 RV kruis over, LV kleine stap links achter, RV kleine stap rechts achter
3&4 LV kruis over, RV kleine stap rechts achter, LV kleine stap links achter
5-7 RV stap voor, R+L $\frac{1}{2}$ draai linksom, R+L $\frac{1}{2}$ draai rechtsom
8&1 LV stap voor, L+R $\frac{1}{2}$ draai rechtsom, LV stap voor

Pivot $\frac{1}{2}$ Turn Left, Pivot $\frac{1}{2}$ Right, Mambo Step, Step Back x2

2-4 RV stap voor, R+L $\frac{1}{2}$ draai linksom, R+L $\frac{1}{2}$ draai rechtsom
5&6 LV rock voor, RV gewicht terug, LV stap achter
7-8 RV loop achter, LV loop achter

Begin opnieuw

Restarts:

Dans de 1^e en 5^e muur t/m tel 48 (tel 8 van het 6^e blok) en begin opnieuw