

Woman Up

Choreograaf : Rachael McEnaney & Amy Christian
Soort Dans : 4 wall line dance
Niveau : Intermediate
Tellen : 48
Info : 105 Bpm - Start na 8 tellen beat op zang
Muziek : "Woman Up" by Meghan Trainor (album: Thank You)



Vaudeville x2, Cross, Side, ¼ L Sailor

1&2& LV kruis over, RV stap opzij, LV tik hak links voor, LV sluit
3&4 RV kruis over, LV stap opzij, RV tik hak rechts voor, RV sluit
5-6 LV kruis over, RV stap opzij
7&8 LV ¼ linksom kruis achter, RV stap naast, LV stap iets voor

Walk x2, Mambo ½ R, ½ R Back, ¼ R Side, Cross Shuffle

1-3&4 RV stap voor, LV stap voor, RV rock voor, LV gewicht terug, RV ½ rechtsom stap voor
5-6 LV ½ rechtsom stap achter, RV ¼ rechtsom stap opzij
7&8 LV kruis over, RV stap opzij, LV kruis over

Side, ⅛ L Close, Fwd, Shuffle Fwd, Pivot ½ L, Mambo Fwd

&1-2 RV stap opzij, LV ⅛ linksom stap naast, RV stap voor
3&4-6 LV stap voor, RV sluit aan, LV stap voor, RV stap voor, R+L ½ draai linksom
7&8 RV rock voor, LV gewicht terug, RV stap iets achter [4.30]

¼ L Side, Point, ⅛ R Fwd/Sweep, Cross, Side, ⅛ L Back, Back, ⅛ L Side, Fwd, Heel Switch

&1-2 LV ¼ linksom stap opzij, RV tik opzij, RV ⅛ rechtsom stap voor en sweep LV voor
3&4 LV kruis over, RV stap opzij, LV ⅛ linksom stap achter
5&6 RV stap achter, LV ⅛ linksom stap opzij, RV stap voor
7&8& LV tik hak voor, LV sluit, RV tik hak voor, RV sluit [12]

Cross, Point, Cross Shuffle, Side, Touch, Kick Ball Cross

1-2 RV sluit, LV kruis over, RV tik opzij
3&4 RV kruis over, LV stap opzij, RV kruis over
5-7&8 LV grote stap opzij, LV tik naast, RV kick rechts voor, RV stap op bal voet naast, LV kruis over

¼ R Samba, Samba, Full Paddle R

1&2 RV ¼ rechtsom kruis over, LV rock opzij, RV gewicht terug
3&4 LV kruis over, RV rock opzij, LV gewicht terug
5& RV ¼ rechtsom stap voor, LV ⅛ rechtsom stap naast
6& RV ¼ rechtsom stap voor, LV ⅛ rechtsom stap naast
7&8 RV ¼ rechtsom stap voor, LV stap opzij, RV stap naast [3]

Begin opnieuw

Bridge:

Na de 5^e muur:

Cross, Point, Cross Shuffle, Side, Touch, Kick Ball Cross

1-2 RV sluit, LV kruis over, RV tik opzij
3&4 RV kruis over, LV stap opzij, RV kruis over
5-7&8 LV grote stap opzij, LV tik naast, RV kick rechts voor, RV stap op bal voet naast, LV kruis over

¼ R Samba, Samba, Full Paddle R

1&2 RV ¼ rechtsom kruis over, LV rock opzij, RV gewicht terug
3&4 LV kruis over, RV rock opzij, LV gewicht terug
5& RV ¼ rechtsom stap voor, LV ⅛ rechtsom stap naast
6& RV ¼ rechtsom stap voor, LV ⅛ rechtsom stap naast
7&8 RV ¼ rechtsom stap voor, LV stap opzij, RV stap naast

Ending:

Dans de 7^e muur t/m tel 12 (tel 4 van het 2^e blok) en eindig met:

5-6 LV ½ rechtsom stap achter, RV ½ rechtsom stap voor
7&8 LV stap voor, RV sluit aan, LV stap voor [12]