

Don't You Hold Me Down

Choreograaf : Darren Bailey (December 2021)
Soort Dans : 4 wall line dance
Niveau : Phrased High Intermediate
Tellen : 80
Info : Intro 16 tellen ongeveer 8 sec.
Dansvolgorde : ABABA(-)BB / Bij de 3e keer A dans maar 32 tellen en begin deel B
Muziek : Don't You Hold Me Down – Alan Walker & Georgia Ku



Part A

Side, Close, Forward, Cha Cha Forward, Forward, Pivot ½ R, Start Shuffle ½ turn R

1-2 LV stap links opzij, RV sluit
3-4& LV stap voor, RV stap voor, LV sluit achter RV
5-6 RV stap voor, LV stap voor
7-8& RV+LV pivot ½ R-om, LV ¼ draai R-om stap links opzij, RV kruis over LV

Finish Shuffle ½ turn R, Rock Back, Recover, Full Turn L, ¼ turn L, Heel Bounce (Knee Pop)

1-2 LV ¼ draai R-om stap achter, RV rock achter (12:00)
3-4 LV gewicht terug, RV ½ draai L-om stap achter
5-6 LV ½ draai R-om stap voor, RV stap voor
7&8 LV+RV ¼ draai L-om, til beide hielen op, knieën naar voor, beide hielen terug (9:00)

Syncopated Weave to L, Modified Jazz Box with ¼ turn R

1-2& RV kruis over LV, rust, LV stap links opzij
3-4& RV kruis achter LV, rust, LV stap links opzij
5-6 RV kruis over LV, LV stap achter
7-8 RV ¼ draai R-om stap rechts opzij, LV stap voor (12:00)

R Mambo Forward, L Mambo Back, Pivot ½ L, Walk R, L

1&2 RV rock voor, LV gewicht terug, RV stap iets naar achter
3&4 LV rock achter, RV gewicht terug, LV stap iets naar voor
5-6 RV stap voor, RV+LV ½ pivot L-om (6:00)
7-8 RV stap voor, LV stap voor

Note: A(-) Start B na de 3^e keer A

Rocking Chair with RF, Forward, Pivot ½ R, ¼ turn L, Sweep

1-2 RV rock voor, LV gewicht terug
3-4 RV rock achter, LV gewicht terug
5-6 RV stap voor, RV+LV ½ pivot L-om
7-8 RV ¼ draai L-om stap rechts opzij, zwiep LV achter RV (9:00)

Behind, ¼ turn R, Forward, Pivot ½ R, Walk L, R, L, Touch

1-2 LV kruis achter RV, RV ¼ draai R-om stap voor
3-4 LV stap voor, LV+RV ½ pivot R-om (6:00)
5-6 LV stap voor, RF stap voor
7-8 LV stap voor, RV tik teen naast LV

Part B

Quick Vine R, Touch L behind RF, Rolling Vine L, Touch RF behind L

1&2& RV stap rechts opzij, LV kruis achter RV, RV stap rechts opzij, LV kruis over RV
3-4 RV stap rechts opzij, LV tik teen achter RV
5-6 LV ¼ draai L-om stap voor, RV ½ draai L-om stap achter
7-8 LV ¼ draai L-om stap links opzij, RV tik teen achter LV (6:00)

Side Switches R, L, R, Hitch, Touch R, Step, Pivot ½ L, Full turn L

- 1&2& RV tik rechts opzij, RV sluit, LV tik links opzij, LV sluit
- 3&4 RV tik rechts opzij, hitch R knie, RV tik rechts opzij
- 5-6 RV stap voor, RV+LV ½ pivot L-om
- 7-8 RV ½ draai L-om stap achter, LV ½ draai L-om stap voor (12:00)

Walk, R, L, Little Jump Forward, Push Hips Back, L Mambo with ¼ turn L, Push, Pull with Kick

- 1-2& RV stap voor, LV stap voor, RV sprongetje voor
- 3-4 LV sluit, duw heupen naar achter, gewicht op RV
- 5&6 LV rock voor, RV gewicht terug, LV ¼ draai L-om stap links opzij (9:00)
- 7-8 Duw R Hand met palm naar voor richting de muur, trek R hand terug, RV sluit naast LV en schop tegelijk LV links opzij

Cross, Side Rock, Recover, Cross, Side, Behind, ¼ turn L, Forward, Hold, ½ turn L (weight back on RF)

- 1&2 LV kruis over RV, RV rock rechts opzij, LV gewicht terug
- 3-4 RV kruis over LV, LV stap links opzij
- 5&6 RV kruis achter LV, LV ¼ draai L-om stap voor, RV stap voor
- 7-8 Rust, RV+LV ½ pivot L-om gewicht op RV (12:00)

Note: Als je 2x B danst moet je je gewicht op LV houden bij tel 8 om opnieuw te kunnen beginnen