

Feel Good Friday

Choreograaf	:	Simon Ward (April 2025)
Soort Dans	:	1 wall line dance
Niveau	:	Phrased Advanced
Tellen	:	88
Intro	:	Start op zang
Muziek	:	Healing Hands – Elton John
Volgorde	:	A, A, B, C, Tag, A, A, B, C, Tag, A-, B, C, C, B, C



PART A – 32 Tellen

SEC 1: R L Fwd, Ball/Cross, R Step, L Fwd, Pivot ½ R, L Shuffle Fwd

- 1-2 RV stap voor, LV stap voor
- 3&4 RV ⅛ draai L-om stap rechts opzij, LV kruis over RV, RV ⅛ draai R-om stap voor (12:00)
- 5-6 LV stap voor, LV+RV ½ pivot R-om (6:00)
- 7&8 LV stap voor, RV stap naast LV, LV stap voor

SEC 2: R Fwd, Spiral Turn L, L Shuffle Fwd, Rock R Fwd, Recover L, R Lock Back

- 1-2 RV stap voor, ⅞ spiral L-om (7:30)
- 3&4 LV stap voor, RV stap naast LV, LV stap voor
- 5-6 RV rock voor, LV gewicht terug
- 7&8 RV stap achter, LV kruis over RV, RV stap achter

SEC 3: L Back on Diagonal, Touch R, Hold, R Back, Touch L, L Back, Touch R, ¼ Turn R, Point L, Full Turn L

- &1-2 LV ⅛ draai L-om stap diagonaal links achter, RV tik teen naast LV, rust (6:00)
- &3&4 RV stap diagonaal rechts achter, LV tik teen naast RV, LV stap diagonaal links achter, RV tik teen naast LV
- &5-6 RV ¼ draai R-om stap rechts opzij, LV tik teen links opzij, LV ¼ draai L-om stap voor (6:00)
- 7-8 RV ½ draai L-om stap achter, LV ¼ draai L-om stap links opzij (9:00)

SEC 4: Cross/Rock R, Recover L, Chasse R With ¼ Turn R, L Fwd, Pivot ½ R, Shuffle L Fwd

- 1-2 RV rock gekruist over LV, LV gewicht terug
- 3&4 RV stap rechts opzij, LV stap naast RV, RV ¼ draai R-om stap voor (12:00)
- 5-6 LV stap voor, LV+RV ½ pivot R-om (6:00)
- 7&8 LV stap voor, RV stap naast LV, LV stap voor

Note: Na A- draai ½ L-om om Part B op 12:00 te beginnen!

PART B – 16 Tellen (start altijd op 12:00)

SEC 1: Rock R to R, Recover L, Cross R Chasse, Rock L to L, Recover R, Cross L Chasse

- 1-2 RV rock rechts opzij beweeg RH omlaag en omhoog, LV gewicht terug
- 3&4 RV kruis over LV, LV stap links opzij, RV kruis over LV
- 5-6 LV rock links opzij LH steek wijsvinger naar links en kijk naar links, RV gewicht terug
- 7&8 LV kruis over RV, RV stap rechts opzij, LV kruis over RV

SEC 2: Rock R Fwd, Recover L, Shuffle ½ Turn R, 1¼ Turn R, Touch R & Clap

- 1-2 RV rock voor, LV gewicht terug
- 3&4 RV ¼ draai R-om stap rechts opzij, LV stap naast RV, RV ¼ draai R-om stap voor (6:00)
- 5-6 LV ½ draai R-om stap achter en til RV op, RV ½ draai R-om stap voor en til LV op
- 7-8 LV ¼ draai R-om stap links opzij, RV tik teen naast LV & klap

PART C – 40 Tellen (start altijd op 9:00)

SEC 1: Step R, Transfer Weight L,R,L With R Arm Raised, R Side Then Cross/Step L x2 With Arms

- 1-2 RV rock rechts opzij til RH op met palm naar beneden, LV gewicht terug RH blijft omhoog en kijk omhoog
- 3-4 RV gewicht terug RH blijft omhoog, LV gewicht terug RH naar beneden
- 5-6 RV stap rechts opzij 'gooi' beide handen omhoog, LV kruis over RV beide handen omlaag en gekruist voor je middel (blijf omhoog kijken tijdens deze 2 tellen)
- 7-8 RV stap rechts opzij 'gooi' beide handen omhoog, LV kruis over RV beide handen omlaag en gekruist voor je middel (blijf omhoog kijken tijdens deze 2 tellen)

SEC 2: Rock R With Arm, ¼ Turn L, Full Turn L, Walk Fwd R,L,R,L With Arms Raising Up

- 1-2 RV rock rechts opzij kijk naar 12:00 en steek RA recht vooruit met de palm naar links, LV ¼ draai L-om gewicht terug en RA terug
- 3-4 RV ½ draai L-om stap achter, LV ½ draai L-om stap voor (6:00)
- 5-8 Stap voor R-L-R-L beide armen langzaam omhoog tijdens deze stappen

SEC 3: R Side, Touch L Heel, Hold, Step on L, Cross R, L Side, Rock R Back, Recover L, Shuffle R Fwd

- &1-2 RV stap rechts opzij, LV tik hiel diagonaal links voor, rust
- &3-4 LV stap naast RV, RV kruis over LV, LV stap links opzij
- 5-6 RV ⅛ draai R-om rock achter, LV gewicht terug (7:30)
- 7&8 RV stap voor, LV stap naast RV, RV stap voor

SEC 4: L Fwd, Touch R Toe Turning ¼ R, Step R, Touch L Toe, Rock L, ¼ Turn R, Full Turn R

- 1-2 LV stap voor, LV ¼ draai R-om tik teen RV diagonaal rechts voor (10:30)
- 3-4 RV stap voor, LV tik teen diagonaal links voor
- 5-6 LV rock links opzij en kijk naar links, RV ¼ draai R-om gewicht terug (1:30)
- 7-8 LV ½ draai R-om stap achter, RV ½ draai L-om stap voor (1:30)

SEC 5: Lock/Shuffle Fwd L, R Fwd, Pivot ¼ L, R Fwd, Pivot ⅜ L, R Fwd, Pivot ½ Turn L

- 1&2 LV stap voor, RV lock achter LV, LV stap voor
- 3-4 RV stap voor, RV+LV ¼ pivot L-om draai heupen CCW (10:30)
- 5-6 RV stap voor, RV+LV ⅜ pivot L-om draai heupen CCW (6:00)
- 7-8 RV stap voor, RV+LV ½ pivot L-om (12:00)

Note: na de 3^e keer C (12:00), RV ¼ draai L-om stap rechts opzij (9:00) om opnieuw met C te beginnen

Tag: 8 tellen (start altijd op 12:00)

Rock R Fwd, Recover L, Shuffle ½ Turn R, Rock L Fwd, Recover R, Shuffle ½ Turn L

- 1-2 RV rock voor, LV gewicht terug
- 3&4 RV ¼ draai R-om stap rechts opzij, LV stap naast RV, RV ¼ draai R-om stap voor (6:00)
- 5-6 LV rock voor, RV gewicht terug
- 7&8 LV ¼ draai L-om stap links opzij, RV stap naast LV, LV ¼ draai L-om stap voor (12:00)

Ending: RV stap op tel 1 rechts opzij, breng beide armen langzaam omhoog