

# BE STRONG

Four wall line dance

## DIAGONAL ROCK, RIGHT LOCK STEP, DIAGONAL ROCK, LEFT LOCK STEP

- 1./ RV rock gekruist voor LV
- 2./ LV gewicht terug op LV
- 3./ RV stap voor
- & LV lock achter RV
- 4./ RV stap voor
- 5./ LV rock gekruist voor RV
- 6./ RV gewicht terug op RV
- 7./ LV stap voor
- & RV lock achter LV
- 8./ LV stap voor

*Ga bij de lock steps iets schuin naar voor*

## FORWARD ROCK, 3/4 TURN RIGHT, CROSS SIDE, BEHIND, SIDE, CROSS

- 9./ RV rock voor
- 10./ LV gewicht terug op LV
- 11&12 maak 3/4 draai rechtsom R-L-R
- 13./ LV stap gekruist voor RV
- 14./ RV stap rechts opzij
- 15./ LV stap gekruist achter RV
- & RV stap rechts opzij
- 16./ LV stap gekruist voor RV (9.00)

## ROCK 1/4 TURN, FORWARD SHUFFLE, FULL TURN, MAMBO STEP

- 17./ RV stap rechts opzij
- 18./ LV draai 1/4 linksom en stap voor
- 19&20 shuffle naar voor R-L-R
- 21./ draai 1/2 rechtsom en LV stap achter
- 22./ draai 1/2 rechtsom RV stap voor
- 23./ LV rock voor
- & RV gewicht terug op RV
- 24./ LV stap naast RV (6.00)

## BACK, BACK, 1/2 TURN SHUFFLE, STEP 1/4 PIVOT, CROSS 1/2 TURN

- 25./ RV sleep naar achter
- 26./ LV sleep naar achter
- 27&28 shuffle 1/2 draai rechtsom R-L-R
- 29./ LV stap voor
- 30./ RV+LV draai 1/4 rechtsom
- 31./ LV stap gekruist voor RV
- & RV draai 1/4 linksom en stap achter
- 32./ LV draai 1/4 linksom en stap links opzij (9.00)

- 1./ Begin opnieuw

## TAG:

Na de 2<sup>e</sup> (6.00) en 5<sup>e</sup> (9.00) muur:

## CROSS ROCK, RECOVER, BACK ROCK, RECOVER

- 1./ RV rock gekruist voor LV
- 2./ LV gewicht terug op LV
- 3./ RV rock achter
- 4./ LV gewicht terug op LV

Bron: Jos Slijpen

Dansnr: 220

Choreografie: Audrey Watson

Nivo: Beginner / Intermediate

Muziek als voorbeeld:

The Words I Love You by Chris De Burgh

BPM: 114