

BOWLEGGIN'

Four wall line dance

HEEL -TOE SPLITS

- 1./ LV+RV draai hakken naar buiten
- 2./ LV+RV draai hakken terug
- 3./ LV+RV draai tenen naar buiten
- 4./ LV+RV draai tenen terug
- 5 t/m 8 Herhaal 1 t/m 4

HOP, SPLIT, CLAP

- & RV stap schuin rechts achter
- 9./ LV tik met de hak schuin voor
- 10./ LV+RV spring terug
- & LV stap schuin links achter
- 11./ RV tik schuin voor met de hak
- 12./ LV+RV spring terug
- 13./ LV+RV draai hakken naar buiten
- 14./ LV+RV draai hakken terug
- 15./ klap
- 16./ klap

PINBALL HOPS

- & RV klein sprongetje schuin rechts voor
- 17./ LV tik naast RV (gewicht op RV)
- 18./ rust
- & LV klein sprongetje schuin links voor
- 19./ RV tik naast LV (gewicht op LV)
- 20./ rust
- 21 t/m 24 Herhaal 17 t/m 20

VINE RIGHT, HOOK, VINE LEFT, 1/4 TURN, BRUSH

- 25./ RV stap rechts opzij
- 26./ LV zet gekruist achter RV
- 27./ RV stap rechts opzij
- 28./ LV kruis voor rechter been
- 29./ LV stap links opzij
- 30./ RV zet gekruist achter LV
- 31./ LV zet 1/4 linksom gedraaid neer
- 32./ RV draai 1/4 linksom en veeg voorvoet over de vloer

CROSS, SIDE STEP LEFT

- 33./ RV stap op teen gekruist voor LV
- 34./ RV zet hak neer
- 35./ LV stap op teen links opzij
- 36./ LV zet hak neer
- 37./ RV stap op teen gekruist voor LV
- 38./ RV zet hak neer
- 39./ LV stap op teen links opzij
- 40./ LV zet hak neer

KICK, ROCK STEP, STEP, 1/2 PIVOT LEFT, STOMP

- 41./ RV schop voor
- 42./ RV schop voor
- 43./ RV stap achter (rock)
- 44./ LV gewicht terug op LV (rock)
- 45./ RV stap voor
- 46./ RV+LV draai 1/2 linksom
- 47./ RV stamp naast LV
- 48./ LV stamp op de plaats

BOWLEGGIN'

- 49./ RV draai rechterknie naar binnen, tenen voor op de grond en draai in
- 50./ RV maak in twee tellen een rondje naar rechts en zet voet neer
- 51./ LV draai linkerknie naar binnen, tenen voor op de grond en draai in
- 52./ LV maak in twee tellen een rondje naar links en zet voet neer
- 53 t/m 56 Herhaal 49 t/m 52

HEEL TOUCHES WITH MONTEREY SPINS

- 57./ RV tik hak recht voor
- 58./ RV tik hak recht voor
- 59./ RV tik teen rechts opzij
- 60./ LV draai 1/4 rechtsom en zet RV naast LV
- 61./ LV tik hak recht voor
- 62./ LV tik hak recht voor
- 63./ LV tik teen links opzij
- 64./ RV draai 1/4 linksom en zet LV naast RV

- 1./ Begin opnieuw

*handen omhoog tot schouderhoogte
handen omlaag en knip met de vingers
handen omhoog tot schouderhoogte
handen omlaag en knip met de vingers
handen omhoog tot schouderhoogte
handen omlaag en knip met de vingers
handen omhoog tot schouderhoogte
handen omlaag en knip met de vingers*

Bron: NHCD

Choreograaf: Barry and Tamela Baker

Nivo: 2

Muziek als voorbeeld:

Any Way The Wind Blows by Brother Phelps