

High Heels

Choreograaf : Tom Mickers
 Bron : ACWDB
 Type dans : Two Wall Line Dance
 Niveau : Novice
 Tellen : 32
 BPM : 101 (WCS)
 Muziek : "One Step At A Time" by Jordin Sparks
 Intro : 16 tellen
 Start : op 03.00 uur



WALK L, R, L, ¼ TURN, SIDE, WALK L, R, SIDE (OUT OUT)

1 LV stap voor
 2 RV stap voor
 3 LV stap voor
 4 RV ¼ draai linksom, stap opzij
Note: catwalk strides, pose

5 LV stap voor
 6 RV stap voor
 7 LV stap opzij (out)
 8 RV stap opzij (out)
Note: catwalk strides, pose, pose

SAILOR CROSS ¼ TURN, SAILOR CROSS, SAILOR CROSS, STEP FWD, PUSH SWIVEL HIPS, SIT

9 LV ¼ draai linksom, kruis achter
 & RV stap opzij
 10 LV stap kruis voor
 11 RV stap kruis achter
 & LV stap opzij
 12 RV stap kruis voor
Note: Tel 11&12 moving forward

13 LV stap kruis achter
 & RV stap opzij
 14 LV stap kruis voor
Note: Tel 13&14 moving forward

15 RV stap voor, heup omhoog
 & heup naar links
 16 LV buig benen (sit), kijk links

TWIST HEELS WITH ½ TURN, TWIST HEELS IN OUT, CROSS BEHIND, SIDE CROSS, UNWIND ½ TURN

17 RV-LV twist hakken rechts
 & RV-LV twist hakken links
 18 RV-LV twist hakken rechts
*Note: Tel 17&18
 maak ½ draai linksom*

19 RV-LV twist hakken links, linkerheup omhoog
 20 RV-LV twist hakken rechts, heup neer
*Note: Tel 19-20
 maak ¼ draai rechtsom*

21 LV kruis achter
 & RV stap opzij
 22 LV stap kruis over
 23 ½ draai rechtsom, duw billen naar achter
 24 duw heupen naar voor

CROSS, ¼ TURN, RONDE, STEP BACK KNEE POPS X2, REACH BACK, STEP BACK, REACH BACK, STEP BACK

25 LV stap kruis voor
 26 RV ¼ draai linksom, stap achter, sweep LV
 27 LV stap achter, buig rechterknie
 28 RV stap achter, buig linkerknie

29 LV tik teen achter
 & LV duw heupen voor
 30 LV stap achter
 31 RV tik teen achter
 & RV duw heupen voor
 32 RV stap achter
Note: Tel 29-32 Popping shoulders

TAG: 16 tellen

Na de 3^e en 7^e muur (09.00)

Dans tel 1 tot en met 8 tweemaal en begin de dans opnieuw