

Knock Yourself Out

Choreograaf : Marie Sørensen
Soort Dans : 4 wall line dance
Niveau : Intermediate
Tellen : 64
Info : 142 Bpm - Intro 24 tellen
Muziek : Knock Yourself Out ⇨ Lee Roy Parnell



Kick, Kick, Sailor Step, Kick, Kick,

¼ Turn Run, Run, Run

1 RV kick voor
2 RV kick opzij
3 RV kruis achter
& LV stap naast
4 RV stap opzij
5 LV kick voor
6 LV kick opzij
7 LV ¼ linksom, stap voor [9]
& RV stap voor
8 LV stap voor

Shuffle, Rock, Recover, Shuffle, Rock, Recover

1 RV stap voor
& LV sluit aan
2 RV stap voor
3 LV rock voor
4 RV gewicht terug
5 LV stap achter
& RV sluit aan
6 LV stap achter
7 RV rock achter
8 LV gewicht terug

Step ¼ Turn, Cross Shuffle, Rock, Recover,

Behind, Side, Cross

1 RV stap voor
2 R+L ¼ draai linksom [6]
3 RV kruis over
& LV stap opzij
4 RV kruis over
5 LV rock opzij
6 RV gewicht terug
7 LV kruis achter
& RV stap opzij
8 LV kruis over

Side, Touch, Side, Touch, Walk, Walk, Scuff, Out, Out

1 RV stap opzij
2 LV tik naast
3 LV stap opzij
4 RV tik naast
5 RV stap voor
6 LV stap voor
7 RV scuff voor
& RV stap opzij (out)
8 LV stap opzij (out)

Knee Rolls (Elvis Knee)

1 RV draai knie binnen
2 rust
3 LV draai knie binnen
4 rust
5 RV draai knie binnen
6 LV draai knie binnen
7 RV draai knie binnen
8 LV draai knie binnen

Kick, Kick, Sailor Step ¼ Turn, Kick, Kick,

Sailor Step

1 LV kick voor
2 LV kick opzij
3 LV ¼ linksom, kruis achter
& RV stap naast
4 LV stap voor
5 RV kick voor
6 RV kick opzij
7 RV kruis achter
& LV stap naast
8 RV stap opzij [3]

Fwd. Left, Tap, Back, Heel, Shuffle, Run, Run, Run

1 LV stap voor
2 RV tik gekruist achter en klap
3 RV stap achter
4 LV tik hak voor en klap
5 LV stap achter
& RV sluit aan
6 LV stap achter
7 RV stap achter
& LV stap achter
8 RV stap achter

Back Rock, Recover, ¼ Paddle Turns Twice, Jazz Box

1 LV rock achter
2 RV gewicht terug
3 LV stap voor
4 L+R ¼ draai rechtsom [6]
5 LV stap voor
6 L+R ¼ draai rechtsom [9]
7 LV stap over
& RV stap achter
8 LV stap naast

Begin opnieuw