

56 count / 4-wall *Intermediate*
Choreographie: Séverine Fillion 01/2015
Music: A Woman's Rant by Jo Dee Messina (Album : Me)

A Woman's Rant

Intro: 16 Counts.

TRIPLE STEP FWD (RIGHT & LEFT), STEP, TOUCH, & KICK & TAP

- 1 + 2 RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 3 + 4 LF Schritt vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts
- 5, 6 RF Schritt vorwärts und linke Fußspitze hinter dem RF auf tippen
- + 7 Gewicht zurück auf LF und RF nach vorne kicken
- + 8 Gewicht vor auf RF und linke Fußspitze hinter dem RF auf tippen

TRIPLE STEP BACK, COASTER STEP, ¼ TURN & SIDE, TOUCH, KICK BALL CROSS

- 1,+ 2 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt zurück
- 3 + 4 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 5, 6 ¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt nach links und RF neben LF auf tippen
- 7 + 8 RF nach schräg rechts vorne kicken, RF kleiner Schritt zurück, LF vor dem RF kreuzen

TRIPLE ¼ TURN, ROCK FWD, TRIPLE FULL TURN, STEP FWD, HEEL SPLIT

- 1 + 2 ¼ Rechtsdrehung & RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 3 , 4 LF Schritt vorwärts (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 5 + 6 Volle Linksdrehung mit 3 Cha Cha Schritten am Platz (LF, RF, LF)
- 7 + 8 RF Schritt vorwärts, beide Fersen nach außen drehen und wieder zusammen

WALKS BACKWARD with HEEL SPLIT, COASTER STEP, STEP ½ TURN

- 1 + 2 RF Schritt zurück, beide Fersen nach außen drehen und wieder zusammen
- 3 + 4 LF Schritt zurück, beide Fersen nach außen drehen und wieder zusammen
- 5, 6 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 7 + 8 LF Schritt vorwärts und ½ Rechtsdrehung auf den Fußballen (Gewicht RF) 12.00

STOMP FWD-BOUNCE (SWITCH LEFT & RIGHT), HEEL SWITCH, HEEL HOOK HEEL

- 1 + 2 LF Schritt stampfend vorwärts, linke Ferse am Platz anheben und senken
- + 3 Gewicht zurück auf LF und RF Schritt stampfend vorwärts
- + 4 Rechte Ferse anheben und senken
- + 5 Gewicht zurück auf RF und linke Ferse vorne auf tippen
- + 6 LF neben RF absetzen und rechte Ferse vorne auf tippen
- + 7 RF neben LF absetzen und linke Ferse vorne auf tippen
- + 8 LF heben & vor dem rechten Schienbein kreuzen und linke Ferse vorne auf tippen
- + LF neben RF absetzen

Restart: Im 2. Durchgang beginne hier wieder von vorne. (3Uhr)

STOMP FWD-BOUNCE (SWITCH RIGHT & LEFT), HEEL SWITCH , STOMP, ¼ TURN & KICK, HOOK

- 1 + 2 RF Schritt stampfend vorwärts, rechte Ferse naheben und senken
- + 3 Gewicht zurück auf RF und LF Schritt stampfend vorwärts
- + 4 Linke Ferse anheben und senken
- + 5 Gewicht zurück auf LF und rechte Ferse vorne auf tippen
- + 6 RF neben LF absetzen und linke Ferse vorne auf tippen
- + 7 LF neben RF absetzen und RF Schritt stampfend vorwärts
- 8 + ¼ Rechtsdrehung & RF nach vorne kicken und RF heben & vor dem linken Schienbein kreuzen

TRIPLE FWD, STEP ½ TURN, STOMP, STOMP, APPLEJACKS

- 1 + 2 RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 3, 4 LF Schritt vorwärts und ½ Rechtsdrehung auf den Fußballen (Gewicht RF) 9.00
- 5, 6 LF neben RF auf stampfen und RF neben LF auf stampfen
- + 7 Linke Fußspitze & rechte Ferse nach links drehen und wieder zurück drehen
- + 8 Rechte Fußspitze & linke Ferse nach rechts drehen und wieder zurück drehen

Tanz beginnt wieder von vorne

Brücke:

Am Ende des 3. Durchgangs tanze die letzte Sektion zusätzlich noch 1 x (6Uhr)
Am Ende des 5. Durchgangs tanze die letzte Sektion zusätzlich noch 3 x (6Uhr)

