

Take A Breather

32 count, 4 wall, beginner/intermediate

Choreographie: Maggie Gallagher (Mai 03)

Musik: I Need A Breather von Darryl Worley (124 BpM)

Side, drag, rock back, side, together, chassé r

- 1-2 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken herangleiten lassen
- 3-4 Schritt zurück mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 5-6 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen
- 7 Schritt nach rechts mit rechts
- &8 Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts

Cross, touch behind, back, ¼ turn l & step, step, touch behind, back, hook

- 1-2 Linken Fuß über rechten kreuzen - Rechte Fußspitze hinter linker Hacke auf tippen
- 3-4 Schritt zurück mit rechts - ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links (9 Uhr)
- 5-6 Schritt nach vorn mit rechts - Linke Fußspitze hinter rechter Hacke auf tippen
- 7-8 Schritt zurück mit links - Rechten Fuß anheben und vor linkem Schienbein kreuzen (Arme heben und mit den Fingern schnippen)

Step, lock locking shuffle, cross, back, side & sway

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß hinter rechten einkreuzen
- 3&4 Cha Cha nach vorn, dabei bei & den linken Fuß hinter den rechten einkreuzen (r - l - r)
- 5-6 Linken Fuß über rechten kreuzen - Schritt zurück mit rechts
- 7-8 Schritt nach links mit links, Hüften nach links und nach rechts schwingen

Figure of 8 vine

- 1-2 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß hinter linken kreuzen
- 3-4 ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links (6 Uhr) - Schritt nach vorn mit rechts
- 5 ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem linken Fuß (12 Uhr) -
- 6 ¼ Drehung links herum und Schritt nach rechts mit rechts (9 Uhr)
- 7-8 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts

Wiederholung bis zum Ende

!!! Tag/Brücke 1 (nach Ende der 4. Runde)

Figure of 8 vine

- 1-8 wie Schrittfolge 4

!!! Tag/Brücke 2 (während der 9. Runde nach der 3. Schrittfolge)

Hip bumps

- 1-4 Hüften nach links, rechts



www.linedance4everyone.de