

Naam dans: Be Strong

Type dans: Four wall line dance

Muziek : The Words 'I Love You'- Chris De Burgh

32 tellen

Niveau: Beginner/Intermediate



Revival Country Dancers
Maastricht

DIAGONAL ROCK, RIGHT LOCK STEP, DIAGONAL ROCK, LEFT LOCK STEP

- | | | |
|---|----|-----------------|
| 1 | RV | Kruis over LV |
| 2 | LV | Gewicht terug |
| 3 | RV | Stap voor |
| & | LV | Kruis achter RV |
| 4 | RV | Stap voor |
| 5 | LV | Kruis over RV |
| 6 | RV | Gewicht terug |
| 7 | LV | Stap voor |
| & | RV | Kruis achter LV |
| 8 | LV | Stap voor |

FORWARD ROCK, 3/4 TURN RIGHT, CROSS SIDE, BEHIND, SIDE, CROSS

- | | | |
|----|----|--------------------------|
| 9 | RV | Stap voor |
| 10 | LV | Gewicht terug |
| 11 | RV | Stap 1/4 rechtsom |
| & | LV | Stap 1/4 rechtsom |
| 12 | RV | Stap 1/4 rechtsom (9:00) |
| 13 | LV | Kruis over RV |
| 14 | RV | Stap rechts opzij |
| 15 | LV | Kruis achter RV |
| & | RV | Stap rechts opzij |
| 16 | LV | Kruis over RV |

ROCK 1/4 TURN, FORWARD SHUFFLE, FULL TURN, MAMBO STEP

- | | | |
|----|----|------------------------------------|
| 17 | RV | Stap rechts opzij |
| 18 | RV | Draai 1/4 linksom, LV stap voor |
| 19 | RV | Stap voor |
| & | LV | Zet naast RV |
| 20 | RV | Stap voor |
| 21 | RV | Draai 1/2 rechtsom, LV stap achter |
| 22 | LV | Draai 1/2 rechtsom, RV stap voor |
| 23 | LV | Stap voor |
| & | RV | Gewicht terug |
| 24 | LV | Zet naast RV |

BACK, BACK, 1/2 TURN SHUFFLE, STEP 1/4 PIVOT, CROSS, 1/2 TURN

- | | | |
|----|-------|---|
| 25 | RV | Sleep achter |
| 26 | LV | Sleep achter |
| 27 | RV | Stap 1/4 rechtsom achter |
| & | LV | Zet naast RV |
| 28 | RV | Stap 1/4 rechtsom achter (12:00) |
| 29 | LV | Stap voor |
| 30 | LV+RV | Draai 1/4 rechtsom (3:00) |
| 31 | LV | Kruis over RV |
| & | LV | Draai 1/4 linksom, RV stap achter |
| 32 | RV | Draai 1/4 linksom, LV stap opzij (9:00) |

BEGIN OPNIEUW

TAG:

Bij de 2e (6:00) en 5e (9:00) muur voeg je toe:

- | | | |
|---|----|---------------|
| 1 | RV | Kruis over LV |
| 2 | LV | Gewicht terug |
| 3 | RV | Stap achter |
| 4 | LV | Gewicht terug |

ENDING:

Je eindigt de dans bij de 9^e muur.

Vervang tel 5 met een 1/4 draai rechtsom door links opzij te stappen.