

Be Strong

Choreographie:	Audrey Watson
Beschreibung:	32 Count, 4 Wall, Beginner/Intermediate Line Dance
Musik:	„The Words 'I Love You'“ von Chris De Burgh (Album: „The Road To Freedom“, 2004)
Aufstellung:	In Reihen neben- und hintereinander
Hinweis:	Der Tanz beginnt mit Einsatz des Gesangs

Rock across, Locking shuffle r + l

1-2 RF über LF kreuzen, LF etwas entlasten (etwas nach links drehen) – Gewicht zurück auf LF

3&4 RF Schritt nach vorn & LF hinter RF einkreuzen & RF Schritt nach vorn
(etwas nach schräg links vorn)

5-6 LF über RF kreuzen, RF etwas entlasten (etwas nach rechts drehen) – Gewicht zurück auf RF
(*Letzte Runde: ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach links mit links (12 Uhr)*)

7&8 LF Schritt nach vorn & RF hinter LF einkreuzen & LF Schritt nach vorn
(etwas nach schräg rechts vorn)

Rock forward, Shuffle in place with ¾ turn r, Cross, Side, Behind-side-cross

1-2 RF Schritt nach vorn, LF etwas entlasten – Gewicht zurück auf LF

3&4 Cha Cha auf der Stelle, dabei eine ¾ Drehung nach rechts ausführen (r-l-r) (9 Uhr)

5-6 LF über RF kreuzen – RF Schritt nach rechts

7&8 LF hinter RF kreuzen & RF Schritt nach rechts & LF über RF kreuzen

Rock side turning ¼ l, Shuffle forward, ½ Turn r, ½ Turn r, Mambo forward

1-2 RF Schritt nach rechts, LF etwas entlasten – ¼ Drehung nach links und LF Schritt nach vorn (6 Uhr)

3&4 RF Schritt nach vorn & LF an RF heransetzen & RF Schritt nach vorn

5-6 ½ Drehung nach rechts und LF Schritt zurück – ½ Drehung nach rechts und RF Schritt nach vorn (6 Uhr)

7&8 LF Schritt nach vorn, RF etwas entlasten & Gewicht zurück auf RF & LF an RF heransetzen

Back 2x, Shuffle back with ½ turn r, Step, ¼ Pivot turn r, Cross-¼ turn l-¼ turn l

1-2 RF Schritt zurück – LF Schritt zurück

3&4 ¼ Drehung nach rechts und RF Schritt nach rechts & LF an RF heransetzen & ¼ Drehung nach rechts und RF Schritt nach vorn (12 Uhr)

5-6 LF Schritt nach vorn – ¼ Drehung nach rechts auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf RF (3 Uhr)

7&8 LF über RF kreuzen & ¼ Drehung nach links und RF Schritt zurück & ¼ Drehung nach links und LF Schritt nach links (9 Uhr)

Wieder von vorne beginnen

Tag/Brücke (nach Ende der 2. und 5. Runde)

Rock across, Rock back

1-2 RF über LF kreuzen, LFuß etwas entlasten (etwas nach links drehen) – Gewicht zurück auf LF

3-4 RF Schritt zurück, LF etwas entlasten – Gewicht zurück auf den LF