

One Hell-Ova Week

Choreografie	:	Betty George
Vertaling	:	Stafke Peeters
Soort Dans	:	4 muren lijndans
Niveau	:	Improver
Tellen	:	32
Intro	:	Start op zang
Tempo	:	125 BPM
Muziek	:	"Tore Back" by Moonshine Bandits



www.country-stafke.be

S 1/ Cross, Side, Behind, Side, Cross Shuffle, Side Rock, Recover;

- | | | |
|---|----|-------------------------|
| 1 | LV | stap gekruist over RV |
| 2 | RV | stap opzij |
| 3 | LV | stap gekruist achter RV |
| 4 | RV | stap opzij |
| 5 | LV | stap gekruist over RV |
| & | RV | stap opzij |
| 6 | LV | stap gekruist over RV |
| 7 | RV | rock opzij |
| 8 | LV | gewicht terug |

S 2/ Cross 1/4 Turn, Shuffle Back, Back Rock, Recover, 1/2 Turn Shuffle;

- | | | |
|---|----|---------------------------------|
| 1 | RV | stap gekruist over LV |
| 2 | LV | 1/4 draai R-om, stap achter[3] |
| 3 | RV | stap achter |
| & | LV | stap naast RV |
| 4 | RV | stap achter |
| 5 | LV | rock achter |
| 6 | RV | gewicht terug |
| 7 | LV | 1/4 draai R-om, stap opzij [6] |
| & | RV | stap naast LV |
| 8 | LV | 1/4 draai R-om, stap achter [9] |

S 3/ Back Rock, Recover, Cross Back 1/4 Turn (X2), 1/4 Turn Shuffle;

- | | | |
|---|----|--------------------------------|
| 1 | RV | rock achter |
| 2 | LV | gewicht terug |
| 3 | RV | stap gekruist over LV |
| 4 | LV | stap achter |
| 5 | RV | 1/4 draai R-om, stap voor [12] |
| 6 | LV | 1/4 draai R-om, stap opzij [3] |
| 7 | RV | 1/4 draai R-om, stap voor [6] |
| & | LV | stap naast RV |
| 8 | RV | stap voor |

S 4/ Cross Rock, Recover, 1/4 Turn Shuffle, Back Rock, Recover, Shuffle Forward;

- | | | |
|---|----|-------------------------------|
| 1 | LV | rock gekruist over RV |
| 2 | RV | gewicht terug |
| 3 | LV | 1/4 draai L-om, stap voor [3] |
| & | RV | stap naast LV |
| 4 | LV | stap voor |
| 5 | RV | rock achter |
| 6 | LV | gewicht terug |
| 7 | RV | stap voor |
| & | LV | stap naast RV |
| 8 | RV | stap voor |

Begin Opnieuw