Bare Essentials

www.country-stafke.be

Choreograaf	:	Carly Dimond
Soort Dans	:	4 wall line dance
Niveau	:	Intermediate
Tellen	:	64
Info	:	170 Bpm
Muziek	:	"Bare Essentials" by Lee Kernaghan

Bump Right, Right, Left, Left, Roll 2, 3, 4

1	RV	stap schuin voor, bump heupen rechts
2		bump heupen rechts
3		bump heupen links
4		bump heupen links
5-6		rol heupen van rechts naar links
7-8		rol heupen van rechts naar links

Toe, Hold, Turn, Hold, Toe, Hold, Turn, Hold

1	RV	tik teen achter
2		rust
3	R+L	¼ draai rechtsom
4		rust
5	RV	tik teen achter
6		rust
7	R+L	¼ draai rechtsom
8		rust

Right Lock Step, Scuff, Step, Pivot, Stomp, Stomp

1	RV	stap voor
2	LV	lock achter RV
3	RV	stap voor
4	LV	scuff voor
5	LV	stap voor
6	R+L	½ draai rechtsom
7	LV	stamp naast RV
8	RV	stamp naast LV

Stomp 2,3,4, Turn 2,3,4

1	RV	stamp voor, spreid armenopzij
2		rust
3		rust
4		rust
5-8	R+L	draai langzaam ¼ linksom in 4 tellen, zak iets door de knieën, handen nog steeds gespreid

Side Strut, Cross Strut, Side Strut, Cross Strut

shimmy de schouders op de volgende 8 tellen

1	RV	stap op tenen opzij
2	RV	zet hak neer en knip vingers
3	LV	stap op tenen over RV
4	LV	zet hak neer en knip vingers
5	RV	stap op tenen opzij
6	RV	zet hak neer en knip vingers
7	LV	stap op tenen over RV
8	LV	zet hak neer en knip vingers

Side Rock, Cross, Side, Behind, ¼ Step, ¼ Pivot

1	RV	rock rechts opzij
2	LV	gewicht terug
3	RV	stap gekruist voor LV
4	LV	stap links opzij
5	RV	stap gekruist achter LV
6	LV	¼ linksom, stap voor
7	RV	stap voor
8	R+L	¼ draai linksom

Kick Front, Side, Slap, Step, Kick Front, Side, Slap, Step

1	RV	schop voor
2	RV	schop opzij
3	RV	flick achter LV, tik met L hand (slap) R hak aan
4	RV	stap naast LV
5	LV	schop voor
6	LV	schop links opzij
7	LV	flick achter RV, tik met R hand (slap) L hak aan
8	LV	stap naast RV

Pose 2, 3, 4, Point, Hitch, Point, Hitch

1	RV	tik teen gekruist achter LV, R arm gekruist voor het lichaam, wijs naar links beneden, draai hoofd links
2		rust
3		rust
4		rust
5	RV	tik rechts opzij
6	RV	hitch en knip vingers
7	RV	tik opzij
8	RV	hitch op en knip vingers

Begin Opnieuw