

My Heart Is Grieving

Choreografie : Antoinette Claassens
Niveau : Improver
Soort Dans : 2 muren lijndans
Tellen : 64
Intro : 32 tellen vanaf de beat (op zang)
Muziek : Somebody Like You – by John van den Dries



www.country-stafke.be

S1/ Vine R, Touch, Vine L, Touch;

1 RV stap rechts opzij
2 LV stap gekruist achter RV
3 RV stap rechts opzij
4 LV tik teen naast RV
5 LV stap links opzij
6 RV stap gekruist achter LV
7 LV stap links opzij
8 RV tik teen naast LV

S2/ Step Fwd, Touch, Shuffle Back, Step Back, Touch, Shuffle Fwd;

1 RV stap voor
2 LV tik teen naast RV
3 LV stap achter
& RV sluit aan
4 LV stap achter
5 RV stap achter
6 LV tik teen naast RV
7 LV stap voor
& RV sluit aan
8 LV stap voor

S3/ Step, Pivot 1/4 L, Cross Shuffle, Side Rock, Cross Shuffle;

1 RV stap voor
2 R+L 1/4 pivot draai L-om (9)
3 RV stap gekruist over LV
& LV stapje opzij
4 RV stap gekruist over LV
5 LV rock links opzij
6 RV gewicht terug
7 LV stap gekruist over RV
& RV stapje opzij
8 LV stap gekruist over RV

S4/ Figure Of 8 (ending 1/4 turn L);

1 RV stap rechts opzij
2 LV stap gekruist achter RV
3 RV 1/4 draai R-om, stap opzij
4 LV stap voor
5 L+R 1/2 draai R-om (gewicht RV)
6 LV 1/4 draai R-om stap voor
7 RV stap gekruist achter LV
8 LV 1/4 draai L-om, stap voor (6)

S5/ Fwd Rock Step, Step Back & Heel, Hold, & Close, Fwd Rock Step, Shuffle 1/2 Turn Right;

1 RV rock voor
2 LV gewicht terug
& RV stap achter
3 LV tik hak diagonaal voor
4 rust
& LV stap naast RV
5 RV rock voor
6 LV gewicht terug
7 RV 1/4 draai R-om, stap achter (9)
& LV sluit aan
8 RV 1/4 draai R-om, stap voor (12)

S6/ Step Fwd, Touch, Step Back & Heel, Hold, & Close, Fwd Rock Step, Shuffle 1/4 Turn R;

1 LV stap voor
2 RV tik teen naast
& RV stap achter
3 LV tik hak diagonaal voor
4 rust
& LV stap naast RV
5 RV rock voor
6 LV gewicht terug
7 RV 1/4 draai R-om, stap achter (3)
& LV sluit aan
8 RV stap opzij

S7/ Cross, Side, Sailor Step, Cross, Side, Sailor Step 1/4 Turn R;

1 LV stap gekruist over RV
2 RV stap rechts opzij
3 LV stap gekruist achter RV
& RV stapje rechts opzij
4 LV stapje links opzij
5 RV stap gekruist over LV
6 LV stap links opzij
7 RV stap gekruist achter LV
& LV 1/4 draai R-om, stap achter (6)
8 RV stapje rechts opzij

S8/ Side Rock, Cross Shuffle, Side Rock, Close, Side, Touch;

1 LV rock links opzij
2 RV gewicht terug
3 LV stap gekruist over RV
& RV stapje rechts opzij
4 LV stap gekruist over RV
5 RV rock rechts opzij
6 LV gewicht terug
& RV sluit aan naast LV
7 LV stap links opzij
8 RV tik teen naast LV

Brug: In de 2^e, 3^e en 4^e muur na 16 tellen: Zwaai heupen R – L – R – L
Begin daarna de dans opnieuw

Begin Opnieuw

www.country-stafke.be