

East Coast Switch

Choreograaf : Debby Small & Fred Rapoport
Soort Dans : Partner dance
Niveau : Beginner / Intermediate
Tellen : 48
Info : Beginpositie: Dame t.o. heer, dame ILOD, heer OLOD, handen vast.
Muziek : "No One Needs To Know" by Shania Twain
"Little Ways" by Dwight Yoakam
"I couldn't leave You if I tried" by Rodney Crowell
"My next broken Heart" by Brooks & Dunn
"Little Rock" by Reba McEntire
"Hard lovin' Woman" by Mark Collie.
"Every Little Thing" by Carlene Carter

Bron :

HEER

Side Steps And Slides

1 LV stap opzij
2 RV stap naast LV
3 LV stap opzij
4 RV tip naast LV
5 RV stap opzij
6 LV stap naast RV
7 RV stap opzij
8 LV tik naast RV

Swing And Pivot Turns

1 LV stap opzij
& RV sluit aan
2 LV stap opzij
3 RV ¼ rechtsom, rock achter

L hand dame loslaten

4 LV ¼ linksom, rock voor (t.o. dame)
5 RV stap opzij (*handen terug samen*)
& LV sluit aan
6 RV stap opzij
7 LV ¼ linksom, rock achter

R hand dame loslaten

8 RV ¼ rechtsom, rock voor (t.o.dame)

1 LV stap opzij

(handen terug samen)

& RV sluit aan
2 LV stap opzij
3 RV ¼ draai rechtsom, rock achter

L hand dame loslaten

4 LV rock voor
5 RV stap op de plaats
6 LV stap op de plaats
7 RV stap op de plaats

dame draait onder L arm heer door

8 LV tik naast RV

Heer en dame staan nu in gesloten danspositie, ¼ Clock Wise t.o.v. beginpositie. L hand heer en R hand dame samen; R hand heer boven heup dame, L hand dame op schouder heer.

Swing, Tuck And Turn

1 LV stap opzij
& RV sluit aan
2 LV stap opzij
3 RV stap opzij
& LV sluit aan
4 RV stap opzij
5 LV rock achter

laat R hand dame los en draai lichtjes weg van partner

6 RV rock voor,
draai terug naar partner, neem R hand dame vast

7 LV stap op de plaats
& RV sluit aan
8 LV stap ¼ draai linksom

1 RV stap opzij
& LV sluit aan
2 RV stap opzij
3 LV rock achter
4 RV gewicht terug

Heer en dame staan nu weer in dansstartpositie, L hand heer en R hand dame vast

Shuffles And Turns

5 LV stap voor
& RV sluit aan
6 LV stap voor
onder opgeheven armen door
7 RV ¼ draai linksom, stap opzij
& LV sluit aan
8 RV ¼ draai linksom, stap achter

1 LV rock achter
2 RV gewicht terug
3 LV stap voor
& RV sluit aan
4 LV stap voor
5 RV ¼ draai linksom, stap opzij
& LV sluit aan
6 RV ¼ draai linksom, stap achter
7 LV rock achter
8 RV gewicht terug

Heer en dame bevinden zich nu terug in begindanspositie. Variatie : Mixer dance : in de laatste 6 tellen schuiven dame en heer één plaats naar links naar de volgende partner

Begin opnieuw

naar blad 2



East Coast Switch

Choreograaf : Debby Small & Fred Rapoport
Soort Dans : Partner dance
Niveau : Beginner / Intermediate
Tellen : 48
Info : Beginpositie: Dame t.o. heer, dame ILOD, heer OLOD, handen vast.
Muziek : "No One Needs To Know" by Shania Twain
"Little Ways" by Dwight Yoakam
"I couldn't leave You if I tried" by Rodney Crowell
"My next broken Heart" by Brooks & Dunn
"Little Rock" by Reba McEntire
"Hard lovin' Woman" by Mark Collie.
"Every Little Thing" by Carlene Carter

Bron :
Blad : 2

DAME

Side Steps And Slides

1 RV stap opzij
2 LV stap naast RV
3 RV stap opzij
4 LV tip naast RV
5 LV stap opzij
6 RV stap naast LV
7 LV stap opzij
8 RV tik naast LV

Swing And Pivot Turns

1 RV stap opzij
& LV sluit aan
2 RV stap opzij
3 LV ¼ draai linksom, rock achter

R hand heer loslaten

4 RV ¼ rechtsom, gewicht terug
(t.o. heer)

5 LV stap opzij
& RV sluit aan
6 LV stap opzij

handen weer vast

7 RV ¼ rechtsom, rock achter

L hand heer loslaten

8 LV ¼ linksom, gewicht terug
(t.o. heer)

1 RV stap opzij
& LV sluit aan
2 RV stap opzij
3 LV ¼ linksom, rock achter

R hand heer loslaten

4 RV ¼ rechtsom, gewicht terug
(t.o. heer)

5 LV ½ draai rechtsom, stap opzij
6 RV ½ draai rechtsom, stap opzij
7 LV ½ draai rechtsom, stap opzij

onder L arm v/d heer door en eindig t.o. heer

8 RV tik naast LV

Swing, Tuck And Turn

1 RV stap opzij
& LV sluit aan
2 RV stap opzij
3 LV stap opzij
& RV sluit aan
4 LV stap opzij
5 RV rock rechts achter
L hand heer los en draai weg van partner
6 LV gewicht terug
7 RV stap opzij
& LV sluit aan
8 RV ¼ draai rechtsom, stap voor
onder arm heer door

1 LV ¼ draai rechtsom, stap opzij
& RV sluit aan
2 LV ¼ draai rechtsom, stap voor.
(t.o.heer)
3 RV rock achter
4 LV gewicht terug

Shuffles And Turns

5 RV stap voor
& LV sluit aan
6 RV stap voor
R arm hoog en kruis heer aan R kant
7 LV ¼ draai rechtsom, stap opzij
& RV sluit aan
8 LV ¼ draai rechtsom, stap achter

1 RV rock achter
2 LV gewicht terug
3 RV stap voor
& LV sluit aan
4 RV stap voor
5 LV ¼ draai rechtsom, stap opzij
& RV sluit aan
6 LV ¼ draai rechtsom, stap achter
7 RV rock achter
8 LV gewicht terug

Heer en dame staan nu weer in begindanspositie.

Variatie : Mixer dance : in de laatste 6 tellen schuiven dame en heer één plaats naar links naar de volgende partner

Begin opnieuw

