



Rhein Valley Line Dance

Bruises

Line Dance, 32 Schläge, 4 Wände

Schwierigkeitsgrad: Einfach/Mittel-Two Step

Choreographie: Niels Poulsen

Übersetzung: Elisabeth Elkuch-Heid

Musik: Bruises by Train feat. Ashley Monroe

1-8 Rock Fwd R, Recover, R Full Triple Cross, Side L, Behind Side Cross, Quick L Side Rock

1,2 RF Schritt nach vorn, Gew. wieder auf LF

3&4 Ganze Rechtsdrehung mit RF-LF-RF

5,6&7 LF Schritt nach li, RF kreuzt hinten RF, LF Schritt nach li, RF kreuzt vorne LF

&8 LF Schritt nach li, Gew. wieder auf RF

9-16 Cross, ¼-L. Shuffle ½ L, Step ½ L, Walk R L

1,2 LF kreuzt vorne RF, ¼-Linksdrehung mit RF Schritt zurück

3&4 ¼-Linksdrehung u LF Schritt nach li, RF neben LF stellen, ¼-Linksdrehung mit LF Schritt nach vorn

5,6 RF Schritt nach vorn, ½-Linksdrehung u LF Schritt nach vorn

7,8 RF Schritt nach vorn, LF Schritt nach vorn (oder ganze Linksdrehung)

Restarts hier während der 4. Und 8. Wand (12:00)

17-24 R & L Heel Switches, Rock R Fwd, R Back Lock Step, ¼ L into L Chasse

1&2& ReFerse nach vorn, zurück zur Mitte, LiFerse nach vorn, zurück zur Mitte

3,4 RF Schritt nach vorn, Gew. zurück auf LF

5&6 RF Schritt zurück, LF zum RF bringen, RF Schritt zurück

7&8 ¼-Linksdrehung u LF Schritt nach li, RF neben LF, LF Schritt nach li

25-32 R Heel Touch, Grind ¼ R Back, R Coaster Step, L Shuffle Fwd, R Kick Ball Step

1,2 ReFerse nach vorn, ¼-R ausdrehen u Gew. auf LF

3&4 RF Schritt zurück, LF neben RF stellen, RF Schritt nach vorn

5&6 LF Schritt nach vorn, RF schliesst auf, LF Schritt nach vorn

(Restart hier während der 9. Wand)

7&8 RF kickt nach vorn, RF neben LF stellen, LF Schritt nach vorn

Der Tanz beginnt wieder von vorne.

Tag: Die ersten Male Wand 2 und 6 fertig tanzen (6:00) dann folgende Schritte:

1-8 Rock R Fwd, Shuffle ½ R, Rock L Fwd, Shuffle ½ L

1,2 RF Schritt nach vorn, Gew. auf LF

3&4 ½-Rechtsdrehung mit Wechselschritten: RF-LF-RF

5,6 LF Schritt nach vorn, Gew. wieder auf RF

7&8 ½-Linksdrehung mit Wechselschritten: LF-RF-LF

www.rheinvalley.li