

Feel Free (vrouw)

Choreograaf : Bill Gallagher
Type dans : Couple Dance
Niveau : novice
Tellen : 72
BPM : 104 (*Cha Cha Cha*)
Muziek : "Feel Free" Bellamy Brothers
(CD: *Sons Of Beaches*)



Start in gesloten western danshouding = closed position (stappen voor de vrouw)

Intro: 16 tellen

ROCK STEP, CHA CHA CHA X2

- 1 ¼ draai rechtsom, LV rock voor
- 2 ¼ draai linksom, RV gewicht terug
- 3 LV stap opzij
- & RV sluit
- 4 LV stap opzij

- 5 ¼ draai linksom, RV rock voor (houd rechter hand vast, laat linker hand los, en breng links omhoog tot schouderhoogte)
- 6 ¼ draai rechtsom, LV gewicht terug
- 7 RV stap opzij
- & LV sluit
- 8 RV stap opzij

STEP, TURN, CHA CHA CHA

ROCK STEP, CHA CHA CHA

- 9 ¼ draai rechtsom, LV stap voor (laat rechter hand los, pak met de linker hand de rechter hand van de heer)
- 10 ¾ draai rechtsom
- 11 LV stap opzij
- & RV sluit
- 12 LV stap opzij

- 13 RV rock achter
- 14 LV gewicht terug
- 15 RV stap voor
- & LV sluit
- 16 RV stap voor

ROCK STEP, CHA CHA CHA X2

- 17 LV rock voor
- 18 RV gewicht terug
- 19 LV stap achter
- & RV sluit
- 20 LV stap achter

- 21 ¼ draai linksom, RV rock voor (houd rechter hand vast, laat linker hand los, en breng links omhoog tot schouderhoogte)
- 22 ¼ draai rechtsom, LV gewicht terug
- 23 RV stap opzij
- & LV sluit
- 24 RV stap opzij

ROCK STEP, CHA CHA CHA X2

- 25 ¼ draai rechtsom, LV rock voor (laat de rechter hand los, pak met de linker hand de rechter hand van de man vast, breng rechts omhoog tot schouderhoogte)
- 26 ¼ draai linksom, RV gewicht terug
- 27 LV stap opzij
- & RV sluit
- 28 LV stap opzij

- 29 ¼ draai linksom, RV rock voor (pak met rechter hand de linker hand van de man, laat linker hand los, en breng links omhoog tot schouderhoogte)
- 30 ¼ draai rechtsom, LV gewicht terug
- 31 RV stap opzij
- & LV sluit
- 32 RV stap opzij

STEP, TURN, CHA CHA CHA
ROCK STEP, CHA CHA CHA

- 33 ¼ draai rechtsom, LV stap voor
(laat beide handen los)
34 ¾ draai rechtsom
35 LV stap opzij
& RV sluit
36 LV stap opzij
- 37 RV rock achter
38 LV gewicht terug
39 RV stap voor
& LV sluit
40 RV stap voor

WALK, WALK, CHA CHA CHA
STEP, TURN, CHA CHA CHA

- 41 LV stap voor
42 RV stap voor
43 LV stap voor
& RV sluit
44 LV stap voor
- 45 RV stap voor
46 ½ draai linksom
47 RV stap voor
& LV sluit
48 RV stap voor

WALK, WALK, CHA CHA CHA

- 49 LV stap voor
50 RV stap voor
51 LV stap voor
& RV sluit
52 LV stap voor

STEP, TURN, CHA CHA CHA

- 53 RV stap voor
54 ½ draai linksom
55 RV stap voor
& LV sluit
56 RV stap voor

WALK, WALK, CHA CHA CHA
ROCK STEP, CHA CHA CHA

- 57 LV stap voor
58 RV stap voor
59 LV stap voor
& RV sluit
60 LV stap voor
- 61 RV rock voor
62 LV gewicht terug
63 RV stap achter
& LV sluit
64 RV stap achter

WALK, WALK, CHA CHA CHA
ROCK STEP, CHA CHA CHA

- 65 LV stap achter
66 RV stap achter
67 LV stap achter
& RV sluit
68 LV stap achter
- 69 RV rock achter
70 LV gewicht terug
71 RV sluit
& LV stap op de plaats
72 RV stap op de plaats