Cursus Lyndans 06/06/2003

1) Rock & Roll
2) Ritmo de la noche of Moon is het leven
3) Chihuahua
4) Disco Forever
5) Comment ça Va
6) Bossa Nova
7) Bounty step 5-6-7-8
8) Summertime

Rock & Roll

R. voet achter	L. voet bij	R. voet voor	L. voet kick
L. voet achter	R. voet bij	L. voet voor	R. voet kick
R. voet over L. voet	L. voet zij	R. voet achter	
L. voet achter R. voet	R. voet zij	L. voet over R. voet (2x)	
R. voet over L. voet	L. voet over R. voet		R. voet over
L. voet (swivel)	L. voet bij met ½ draai Rechts om		
R. voet zij	L. voet bij	R. voet zij	L. voet tik
L. voet zij	R. voet bij	L. voet zij	R. voet tik (2x)
R. voet langzaam zij	L. voet bij	R. voet zij	L. voet bij (langzaam)

Ritmo de la noché — Samba

R. voet zij en terug — L. voet zij en terug

R. voet zij langzaam — L. voet sluit langzaam

R. voet zij — L. voet sluit — R. voet zij — L. voet tik

L. voet zij — R. voet sluit — L. voet zij — R. voet tik

R. voet kick ball change 4 x (draai volledig rond)

L. voet achter R. voet — R. voet achter L. voet (2x wisk)

R. voet lock step Rechts naar voor

L. voet lock step Links naar voor

R. voet voor en terug op L. voet

R. voet lock step Rechts naar achter

L. voet lock step Links naar achter

R. voet stap — L. voet stap (ter plaatse)

Chi Wa Wa Mambo

1: Muziek: CHIHUAHUA van DJ Bobo
2: opstelling: Lijnen
3: Maatsnijder 4/4 Mambo ritme
4: Intro 6 x 8

Maat	Telt	
1-2	1-8	Basis Mambo voor en achter (qq sl qq sl)
3-4	1-8	Over zij bij achter zij bij (qq sl qq sl)
5	1-4	Zij achter voor met 1/4 Draai linksom (qq sl)
6	1-4	Voor sluit achter (qq sl)
7	1-4	Zij bij erdoor naar links (qq sl)
8	1-4	Zij bij erdoor naar Rechts (qq sl)
9	1-4	Basis voor (qq sl)
10	1-4	Basis achter met 1/4 draai linksom (qq sl)
11-12	1-8	Zij bij zij Bij zij bij (qq sl slqq)
13-14	1-8	Cucaracha links en Rechts (qq sl - qq sl)
15	1-4	Basis Voor (qq sl)
16	1-4	Basis achter met 1/2 draai linksom (qq sl)

Disco Forever

1. Muziek: Sonny O'Brien: "Friday Night Forever"
2. Opstelling: op lijnen, RV vrij
3. Maatwijzer: 4/4
4. Intro: 4 maten van 8

Maat	Telt	
1	1-4	RV opzij / kruisachter / opzij / kruisvoor met ¾ draai rechtsom
2	1-4	Wieg naar voor / wieg naar achter / stap met RV achter / sluit LV bij
3	1-4	RV voor / tip LV zijwaarts / LV voor / tip RV zijwaarts
4	1-4	Herhaal maat 3 maar eindig met RV tik naast LV
5	1-4	RV achter / tip LV naast / LV voor / Kick voor met RV
6	1-4	Herhaal maat 5
7	1-2 3-4	Plaats RV voor neer / ¼ draai linksom Plaats RV voor / ½ draai linksom
8	1-2 3-4	Met RV 2 maal Kick schuin naar links Met RV stamp / met LV stamp

Comment ça va? Sam Gooris

L. voet tip voor R. voet sluit
R. voet tip voor L. voet sluit
L. voet tip voor R. voet sluit
R. voet tip voor L. voet sluit

2 twistpassen (of bijtrekpassen) naar Links
L. voet hak tip hak sluit
2 twistpassen (of bijtrekpassen) naar Rechts
R. voet hak tip hak sluit

4x achteruit
L. hak voor R. voet sluit
R. hak voor L. voet sluit
L. hak voor R. voet sluit
R. hak voor L. voet sluit

Bossa Nova R. voet

Wisselpas naar Rechts en naar Links (2x)

2x charleston (stap tip voor-stap tip achter)

2x lockstep vooruit

2 botafogo vooruit

4x lockstep achteruit

steps -> 5 · 6 + 7 · 8.

BOUNTY STEP 5-6-7-8

COUNTRY-LINE-DANCE **TELLEN 32**

R.V. LOS **TWO-WALL-DANCE**

R.V.	Vine – (rechts) – schop	1-2-3-4
L.V.	Vine – (links) – schop	5-6-7-8
R.V.	Stap voor – sluit l.v. bij met tik	1-2-3-4
L.V.	Stap achter – sluit r.v. bij met tik	5-6-7-8
R.V.	Stap opzij (rechts) – sluit l.v. bij met tik	1-2-3-4
L.V.	Stap opzij (links) – sluit r.v. bij sluit	5-6-7-8
2-V	Butterfly – butterfly	1-2-3-4
2 V	Hielen rechts – terug – hielen links – terug	5-6-7-8
R.V.	Rock voor – rock achter	1-2-3-4
R.V.	Zet voor – (1/4dr.L) op beide voeten	5-6
R.V.	Zet voor – (1/4dr.L) op beide voeten	7-8

Uitleg

Butterfly = hielen open en toe – tenen laten staan.
Rock = een voet naar voor – op de andere voet terugkeren.

Sienaert Oliva St-Lievenslaan 3 9550 Herzele
Tel 053/623951
G.S.M. 0475/229300

Dans van het jaar 2002

STRICT TEMPO

"Summertime"

Choreografie: Diana Seghers
Muziek: "Me and you" van Belle Perez & Jodi Bernal

1/ gewicht staat op L-voet

R-hiel voor – herplaats L-voet
R-teen achter – herplaats L-voet
R-hiel voor – herplaats L-voet
R-voet bij L-voet en gewicht op R-voet
(Telling 1en2en3en4)

L-hiel voor – herplaats R-voet
L-teen achter – herplaats R-voet
L-hiel voor – herplaats R-voet
L-voet bij R-voet en gewicht op L-voet
(Telling 1en2en3en4)

2/ botafogos 4x
start met R-voet
(Telling 1a2,2a2,3a2,4a2)
eindigen gewicht op L-voet

3/ swivels 4x
R-voet / L-voet / R-voet / L-voet waarbij we 1/2 draai naar rechts maken en aansluiten bij R-voet gewicht op L-voet houden
(Telling 1,2,3,4)

4/ zijwaartse passen
R-opzij – L-bij – R-opzij – L-bij – R-opzij en kick met L-voet
(Telling 1en2en3,4)
L-opzij – R-bij – L-opzij – R-bij – L-opzij en kick met R-voet
(Telling 1en2en3,4) bij de kick in de handen klappen

5/ na deze laatste kick met R-voet dadelijk touch met R-voet en bijsluiten,
touch met L-voet en bijsluiten gewicht op L-voet brengen
(Telling 1 2 3 4) tijdens de touch ellebogen zijwaarts en samen bij het sluiten

6/ touch met R-voet 4 x
L-voet pivoteert op de plaats en hierbij 3/4 draaien naar links – armen maken een neerwaartse beweging
(Telling 1 2 3 4)
gewicht blijft op onze L-voet en we kunnen herstarten vanaf 1/

Succes!

Diana Seghers