

The Trail

Choreograaf : Judy McDonald
Type dans : 2-wall line dance
Niveau : beginner / intermediate
Tellen : 64
Tempo : 169
Muziek : *Trail of tears*, Billy Ray Cyrus
Bron : CWU

TOE HEEL, CROSS TOE HEEL (2X), TOE HEEL

- 1 RV tik teen naast LV, draai knie naar binnen
- 2 RV tik hak voor
- 3 RV tik teen gekruist voor LV
- 4 RV tik hak voor
- 5 RV tik teen gekruist voor LV
- 6 RV tik hak voor
- 7 RV tik teen naast LV, draai knie naar binnen
- 8 RV stap naast LV

TOE HEEL, CROSS TOE HEEL (2X), TOE HEEL

- 1 LV tik teen naast RV, draai knie naar binnen
- 2 LV tik hak voor
- 3 LV tik teen gekruist voor RV
- 4 LV tik hak voor
- 5 LV tik teen gekruist voor RV
- 6 LV tik hak voor
- 7 LV tik teen naast RV, draai knie naar binnen
- 8 LV stap naast LV

HEEL TOE TWISTS

- 1 RV draai hak rechts opzij
- 2 RV draai tenen rechts opzij
- 3 RV draai hak rechts opzij
- 4 RV draai tenen rechts opzij
- 5 LV draai tenen rechts opzij
- 6 LV draai hak rechts opzij
- 7 LV draai tenen rechts opzij
- 8 LV draai hak rechts opzij

KNEE POPS

- 1 RV buig knie iets naar links
- 2 rust
- 3 LV buig knie iets naar rechts (R-knie terug)
- 4 rust
- 5 RV buig knie iets naar links (L-knie terug)
- 6 LV buig knie iets naar rechts (R-knie terug)
- 7 RV buig knie iets naar links (L-knie terug)
- 8 LV buig knie iets naar rechts (R-knie terug)
- & LV buig knie terug, gewicht op LV

(Tijdens de 9^e muur 4 extra knie pops en opnieuw beginnen)

HEEL, HOLD, TOE BACK, HOLD, ½ PIVOT, ¼ PIVOT

- 1 RV tik hak voor
- 2 rust
- 3 RV tik teen achter
- 4 rust
- 5 RV stap voor
- 6 RV+LV draai ½ linksom
- 7 RV stap voor
- 8 RV+LV draai ¼ linksom

HEEL, HOLD, TOE BACK, HOLD, ½ PIVOT, ¼ PIVOT

- 1 RV tik hak voor
- 2 rust
- 3 RV tik teen achter
- 4 rust
- 5 RV stap voor
- 6 RV+LV draai ½ linksom
- 7 RV stap voor
- 8 RV+LV draai ¼ linksom

STEP FWD, BRUSH 3X (FWD, CROSS, FWD)

- 1 RV stap voor
- 2 LV brush naar voren
- 3 LV brush gekruist voor RV naar achteren
- 4 LV brush naar voren
- 5 LV stap voor
- 6 RV brush naar voren
- 7 RV brush gekruist voor LV naar achteren
- 8 RV brush naar voren

ROCKING CHAIR (2X)

- 1 RV stap voor
- 2 LV gewicht terug op LV
- 3 RV stap achter
- 4 LV gewicht terug op LV
- 5 RV stap voor
- 6 LV gewicht terug op LV
- 7 RV stap achter
- 8 LV gewicht terug op LV

BEGIN OPNIEUW

TAG & RESTART

Doe tijdens de 9^e muur de snelle knie pops 4x extra (dus 8x) en begin opnieuw.

Veel plezier!