

Had A Bad Day



32 Counts, 2 Walls, Intermediate

Choreographie: Rachael McEnaney 11/2011

Musik: (Intro: 8 Counts) Had A Bad Day by Calle Kristiansson 70 BPM

Back/Sweep, Behind Side Cross, Side-Rock Cross Side, Sailer $\frac{3}{4}$ Turn, $\frac{1}{4}$ Side-Rock Cross

- 1 RF Schritt zurück & LF nach hinten schwingen (nicht absetzen)
- 2 + 3 LF hinter dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF vor dem RF kreuzen
- + 4 RF Schritt nach rechts und Gewicht zurück auf LF
- + 5 RF vor dem LF kreuzen, LF Schritt nach links
- 6 RF hinter dem LF kreuzen mit $\frac{1}{8}$ Rechtsdrehung
- + $\frac{1}{8}$ Rechtsdrehung & LF kleiner Schritt zurück
- 7 $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt vorwärts
- + 8 $\frac{1}{4}$ Rechtsdrehung & LF Schritt nach links und Gewicht zurück auf RF 12:00
- + LF vor dem RF kreuzen

Restart: Im 7. Durchgang 12.00 **beginne hier wieder von vorne** 12.00

Nightclub Basic, Nightclub Basic

$\frac{1}{4}$ Turn, Turn $\frac{1}{2}$ Turn $\frac{1}{2}$, Rock-Step, Back, Back/Sweep

- 1, 2+ RF Schritt nach rechts, LF leicht hinter dem RF absetzen, RF vor dem LF kreuzen
- 3, 4+ LF Schritt nach links, RF leicht hinter dem LF absetzen, LF vor dem RF kreuzen
- 5 $\frac{1}{4}$ Rechtsdrehung & RF Schritt vorwärts 3:00
- 6 + $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung & LF Schritt zurück, $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung & RF Schritt vorwärts
- 7, 8 LF Schritt vorwärts und Gewicht zurück auf RF
- + 1 LF Schritt zurück, RF Schritt zurück & LF nach hinten schwingen (nicht absetzen)

Behind Side Cross/Sweep, Cross, Side, Back-Rock Side, Back-Rock Turn $\frac{1}{4}$ Turn $\frac{1}{4}$

- 2 + LF hinter dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts
- 3 LF vor dem RF kreuzen & RF nach vorne schwingen (nicht absetzen)
- 4 + RF vor dem LF kreuzen, LF Schritt nach links
- 5 RF Schritt zurück & Körper nach diagonal rechts drehen 4:30
- 6 + Gewicht zurück auf LF, RF Schritt nach rechts
- 7 + LF Schritt zurück & Körper nach diagonal links drehen 1:30, Gewicht vor auf RF
- 8 $\frac{1}{4}$ Rechtsdrehung & LF Schritt zurück 6:00
- + $\frac{1}{4}$ Rechtsdrehung & RF Schritt nach rechts 9:00

Walk, Walk, Turn $\frac{1}{2}$, Turn $\frac{1}{2}$, Mambo-Back Drag, Back-Rock, Step $\frac{1}{4}$ Turn, Cross, Side

- 1, 2 LF Schritt vorwärts, RF Schritt vorwärts (Prissy Walks)
- 3 + $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung & LF Schritt zurück, $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung & RF Schritt vorwärts
- 4 LF Schritt vorwärts
- .
- .
- Restart:** Im 4. Durchgang **beginne hier wieder von vorne mit**
(1) RF Schritt zurück, $\frac{1}{4}$ Linksdrehung mit LF Sweep und Restart 12.00
- + 5 Gewicht zurück auf RF, LF großer Schritt zurück & RF zum LF heranziehen (nicht absetzen)
- 6 + RF Schritt zurück und Gewicht vor auf LF
- 7 + RF Schritt vorwärts, $\frac{1}{4}$ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 8 + RF vor dem LF kreuzen, LF Schritt nach links 6:00

Tanz beginnt von vorne