

Calm And Collected



64 Counts, 4 Walls, Novice

Choreographie:

Gaye Teather

05/2014

Musik: (Intro: 8 Counts)

Calm After The Storm by The Common Linnets -120 BPM -

Step ½ Turn, Right Shuffle, Step, Spiral Full Turn, Right Shuffle

- 1, 2 RF Schritt vorwärts, ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 3 + 4 RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 5, 6 LF Schritt vorwärts, Volle Rechtsdrehung auf LF & RF heben & vor dem linken Schienbein kreuzen
Option: LF Schritt vorwärts, Halten
- 7 + 8 RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts

Rock-Step, Back, Back, Back-Rock, Turn ½, Turn ¼

- 1 - 4 LF Schritt vorwärts und Gewicht zurück auf RF, LF Schritt zurück, RF Schritt zurück
- 5, 6 LF Schritt zurück und Gewicht vor auf RF
- 7, 8 ½ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück, ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt nach rechts

Cross, Side, Behind, Side (Weave), Cross-Rock, Left Chasse

- 1, 2 LF vor dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts
- 3, 4 LF hinter dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts
- 5, 6 LF vor dem RF kreuzen und Gewicht zurück auf RF
- 7 + 8 LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach links

Cross, Sweep ¼ Turn, Cross, Sweep, 1/8 Turn Rocking-Chair (Diagonal)

- 1, 2 RF vor dem LF kreuzen, ¼ Rechtsdrehung & LF nach vorne schwingen (nicht absetzen) 6.00
- 3, 4 LF vor dem RF kreuzen, RF nach vorne schwingen (nicht absetzen)
- 5, 6 1/8 Linksdrehung & RF Schritt vorwärts und Gewicht zurück auf LF
- 7, 8 RF Schritt zurück und Gewicht vor auf LF

Jazz-Box 1/8 Turn Cross, Side, Behind, Right Chasse

- 1, 2 RF vor dem LF kreuzen, LF Schritt zurück mit 1/8 Rechtsdrehung 6.00
- 3, 4 RF Schritt nach rechts, LF vor dem RF kreuzen
- 5, 6 RF Schritt nach rechts, LF hinter dem RF kreuzen
- 7 + 8 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen, RF Schritt nach rechts

Cross-Rock, Left Chasse, Cross, Unwind Full Turn, Coaster-Step

- 1, 2 LF vor dem RF kreuzen und Gewicht zurück auf RF
- 3 + 4 LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach links
- 5, 6 RF vor dem LF kreuzen, volle Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht RF)
Option: RF Schritt vorwärts, LF hinter dem RF kreuzend auf tippen
- 7 + 8 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

Dorothy-Steps, Dorothy-Steps, Dorothy-Steps, Side, Drag

- 1, 2 + RF Schritt schräg rechts vorwärts, LF hinter dem RF einkreuzen, RF Schritt schräg rechts vorwärts
- 3, 4 + LF Schritt schräg links vorwärts, RF hinter dem LF einkreuzen, LF Schritt schräg links vorwärts
- 5, 6 + RF Schritt schräg rechts vorwärts, LF hinter dem RF einkreuzen, RF Schritt schräg rechts vorwärts
- 7, 8 LF großen Schritt nach links, RF zum LF heranziehen (nicht absetzen)

Back, Back, Touch, ¼ Turn, Back-Rock, Walk, Walk

- 1, 2 RF Schritt zurück, LF Schritt zurück
- 3, 4 RF neben LF auf tippen, ¼ Rechtsdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 5, 6 RF Schritt zurück und Gewicht vor auf LF
- 7, 8 RF Schritt vorwärts, LF Schritt vorwärts

Tanz beginnt von vorne