

Stitch It Up

64 counts, 4-walls, Beginner/Intermediate



Musik: „Elvis Medley“ (182 BPM) by Dean Brothers; „High Class Lady“ (176 BPM) by Lennerockers; „Trouble Is A Woman“ (190 BPM) by Reeves Julie

Choreographie: Robbie “Hickie” McGowan

Weave right, hold, rock back

- 1, 2 RF Schritt nach rechts und LF hinter dem RF kreuzen
- 3, 4 RF Schritt nach rechts und LF vor dem RF kreuzen
- 5, 6 RF Schritt nach rechts und Halten
- 7, 8 LF Schritt zurück (RF etwas anheben) und Gewichtsverlagerung vor auf RF

Weave left, hold, rock back

- 1, 2 LF Schritt nach links und RF hinter dem LF kreuzen
- 3, 4 LF Schritt nach links und RF vor dem LF kreuzen
- 5, 6 LF Schritt nach links und Halten
- 7, 8 RF Schritt zurück (LF etwas anheben) und Gewichtsverlagerung vor auf LF

Toe touches right, heel touch, heel hook, lock step forward, hold

- 1, 2 Rechte Fußspitze rechts auftippen und rechte Fußspitze neben LF auftippen
- 3, 4 Rechte Ferse vorne auftippen und RF heben & vor dem linken Schienbein kreuzen
- 5, 6 RF Schritt vorwärts und LF hinter dem RF einkreuzen
- 7, 8 RF Schritt vorwärts und Halten

Toe touches left, heel touch, heel hook, lock step forward, hold

- 1, 2 Linke Fußspitze links auftippen und linke Fußspitze neben RF auftippen
- 3, 4 Linke Ferse vorne auftippen und LF heben & vor dem rechten Schienbein kreuzen
- 5, 6 LF Schritt vorwärts und RF hinter dem LF einkreuzen
- 7, 8 LF Schritt vorwärts und Halten

Rock forward, back, hold, lock step back, hold

- 1, 2 RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben) und Gewichtsverlagerung zurück auf LF
- 3, 4 RF Schritt zurück und Halten
- 5, 6 LF Schritt zurück und RF vor dem LF einkreuzen
- 7, 8 LF Schritt zurück und Halten

Swing/sweep back 3 x, dip down & up (Option:Swivel left)

- 1, 2 RF im Halbkreis nach hinten schwingen und RF Schritt zurück, hinter den LF
- 3, 4 LF im Halbkreis nach hinten schwingen und LF Schritt zurück, hinter den RF
- 5, 6 RF im Halbkreis nach hinten schwingen und RF Schritt zurück, hinter den LF
- 7, 8 In die Knie gehen und wieder aufrichten, Gewicht auf dem rechten Fuß

Option:

- 7 *Beide Fersen nach links drehen, dabei in die Knie gehen*
- 8 *Beide Fersen wieder in die Mitte drehen, dabei wieder aufrichten*

Fortsetzung "Stitch It Up"

Lock step forward, hold, side rock turning ¼ left, step, hold

- 1, 2 LF Schritt vorwärts und RF hinter dem LF einkreuzen
- 3, 4 LF Schritt vorwärts und Halten
- 5 RF Schritt nach rechts und (LF etwas anheben)
- 6 Gewichtsverlagerung zurück auf LF & ¼ Linksdrehung
- 7, 8 RF Schritt vorwärts und Halten

Step, pivot ½ right, step, hold, toe touches (Option: 2x Side Touch Hitch)

- 1, 2 LF Schritt vorwärts und ½ Rechtsdrehung auf beiden Fußballen (Gewicht RF)
 - 3, 4 LF Schritt vorwärts und Halten
 - 5, 6 Rechte Fußspitze rechts auftippen und rechte Fußspitze neben LF auftippen
 - 7, 8 Rechte Fußspitze rechts auftippen und rechte Fußspitze neben LF auftippen
- Option:**
- 5, 6 *Rechte Fußspitze rechts auftippen, rechtes Knie anheben und vor LF. kreuzen*
 - 7, 8 *Rechte Fußspitze rechts auftippen, rechtes Knie anheben und vor LF. kreuzen*

Tanz beginnt wieder von vorne



... und vergesst nicht,
Kopf hoch und Lächeln,
Tanzen macht Spaß
und das kann man
ruhig sehen!!!