

Wasted Days

Chor. : Francien Sittrop (2010)
Niveau : Beginner / Easy Intermediate
Muren : 4 Muurs Line dance
Tellen : 32 Tellen
Muziek : Wasted Days - Trudy Kits
Album : Trudy Kits - Favorites Covered by Me
Intro : Start op Vocals op het woord "Nights"
Website : <http://www.franciensittrop.nl>



1 – 9 Rock, Recover , Ball Cross, ¼ Turn R Shuffle fwd, L Mambo, Coaster step

1 - 2 RV rock voor, Gewicht terug op LV
&3 Step RV naast LV, LV kruis over RV
4 & 5 ¼ Draai rechtsom shuffle voor met R, L, R (3.00)
6 & 7 LV Rock voor, Gewicht terug op RV, LV stap achter
8 & 1 RV stap achter, LV sluit bij, RV stap voor

10-17 Step fwd, Pivot ½ Turn, Full Turn R , Kick Ball Cross, Side Rock , Recover, Cross

2 – 3 LV stap voor, Pivot ½ draai rechtsom (9.00)
4 & 5 Triple Hele draai rechtsom met L,R,L (optie: Shuffle voor)
6 & 7 RV kick voor, RV zet neer, LV kruis over RV
8 & 1 RV rock rechts opzij, Gewicht terug op LV, RV kruis over LV

18-24 Side Shuffle, Sailor ¼ Turn R, Kick fwd, Step, R. Heel grind , Step

2 & 3 Step LV links opzij, RV sluit bij, LV stap opzij
4 & 5 RV kruis achter LV met ¼ draai rechtsom, LV stap opzij, RV stap opzij (12.00)
6 & LV kick voor, LV zet neer
7 – 8 RV zet hak voor met tenen naar links, draai op hak met tenen naar rechts(7), Gewicht terug
Op LV
& RV stap naast LV

Optie voor Heel grind : Rock steps : RV rock voor, Gewicht terug op LV , RV stap naast LV

25-32 L Heel Grind, Step, Step fwd, Pivot ¼ Turn L, Cross, Side, Hip sways

1 – 2 LV zet hak voor met tenen naar rechts, draai op LV hak met tenen naar links(1), Gewicht
Terug op RV
& LV stap naast RV
3 – 4 RV stap voor, ¼ draai linksom (9.00)
5 – 6 RV kruis over LV, LV stap opzij
7 – 8 Heupen naar rechts, Heupen naar links

Optie voor Heel grind : Rock steps :LV rock voor, Gewicht terug op RV , LV stap naast RV

Start again

Ending:

Laatste muur eindig je op de 3 .00 uur muur. Doe dan Tel 31-32 : Heupen naar rechts. Heupen naar Links met ¼ draai linksom naar de 12.00 muur.

Opedragen aan het eerste Solo Album van Trudy Kits van de band Indian Summer