



Forever And A Day

count / 68 2-wall / Intermediate,

Choreographie: Patricia E. Scott

Musik: Angel (Metro Mix) by Lionel Richie

Side rock, cross shuffle r + l

- 1 2 RF Schritt nach rechts, LF etwas anheben Gewicht zurück auf den LF
- 3 RF weit über linken kreuzen
- +4 LF etwas an rechten herangleiten lassen und RF weit über linken kreuzen
- 5 6 LF Schritt nach links, RF etwas anheben Gewicht zurück auf den RF
- 7 + 8 LF weit über rechten kreuzen RF an rechten herangleiten lassen und LF weit über rechten kreuzen

Side, behind, shuffle turning $\frac{1}{4}$ r, step

- 1 2 RF Schritt nach rechts LF hinter dem RF kreuzen
- 3+4 Cha Cha nach rechts, dabei $\frac{1}{4}$ Rechtsdrehung (r - l - r) LF Schritt nach vorn

Pivot $\frac{1}{2}$ r, walk forward 2

- 5 6 $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem RF
- 7-8 2 Schritte nach vorn l - r

Step, full turn r, syncopated

- 1 LF Schritt nach vorn
- 2 Volle Rechtsdrehung auf dem linken Ballen, mit den Fingern schnippen
- 3 +4 RF Schritt nach vorn LF hinter rechten einkreuzen und RF Schritt nach vorn

Lock steps forward with hold & clap,

- +5 LF hinter rechten einkreuzen und RF Schritt nach vorn
- 6 Halten und klatschen
- +7 LF hinter rechten einkreuzen und RF Schritt nach vorn
- +8 LF hinter rechten einkreuzen und RF Schritt nach vorn

Rock forward, shuffle in place turning full turn l,

- 1 LF Schritt nach vorn, RF etwas anheben
- 2 Gewicht zurück auf den RF
- 3+4 Cha Cha auf der Stelle, dabei eine volle Linksdrehung (l - r - l)

Rock forward turning $\frac{1}{2}$ r, walk forward 2

- 5 RF Schritt nach vorn, LF etwas anheben
- 6 Gewicht zurück auf den LF und $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung auf dem linken Ballen (3 Uhr)
- 7-8 2 Schritte nach vorn r - l

Rock forward, coaster step r

- 1 RF Schritt nach vorn, LF etwas anheben
- 2 Gewicht zurück auf den LF
- 3 RF Schritt zurück
- +4 LF an rechten heransetzen und RF kleinen Schritt nach vorn wie 1-4, aber spiegelbildlich mit links beginnend

Rock forward, coaster step l

- 5 6 LF Schritt nach vorn, RF etwas anheben
- 7 Gewicht zurück auf den RF
- 8 LF Schritt zurück RF an linken heransetzen und LF kleinen Schritt nach vorn

Rock r, sailor shuffle r

- 1 2 RF Schritt nach rechts, LF etwas anheben Gewicht zurück auf den LF
- 3 +4 RF hinter dem LF kreuzen LF Schritt nach links und Gewicht zurück auf den RF

Rock r, sailor shuffle l

- 5 6 RF Schritt nach rechts, LF etwas anheben Gewicht zurück auf den LF
7 +8 RF hinter dem LF kreuzen LF Schritt nach links und Gewicht zurück auf den RF

Slow turn ¼ r, step, ½ turn l & shuffle forward,

- 1-2 ¼ Rechtsdrehung und Gewicht nach vorn auf den RF (6 Uhr)
3+4 ½ Linksdrehung auf dem rechten Ballen und Cha Cha nach vorn (l - r - l) (12 Uhr)

Slow turn ½ r, ½ turn l & shuffle forward

- 5-6 ½ Rechtsdrehung und Gewicht nach vorn auf den RF (6 Uhr)
7+8 ½ Linksdrehung auf dem rechten Ballen und Cha Cha nach vorn (l - r - l) (12 Uhr)

Rock forward, shuffle back turning ½ r

- 1 RF Schritt nach vorn, LF etwas anheben
2 Gewicht zurück auf den LF
3+4 Cha Cha zurück, dabei ½ Rechtsdrehung (r - l - r) (6 Uhr)

Touch l side, cross, touch r side - forward - side,

- 1 2 Linke Fußspitze links auftippen LF vor dem RF kreuzen
3 Rechte Fußspitze rechts auftippen
4 Rechte Fußspitze linke von linker auftippen

Cross, touch l side, cross

- 5 6 Rechte Fußspitze rechts auftippen RF vor dem LF kreuzen
7 8 Linke Fußspitze links auftippen LF vor dem RF kreuzen

Tanz beginnt wieder von vorne

<http://www.tornado-ffm.de/> 2009