



Calm And Collected

Count 64 / 4-wall Intermediate

Choreographie: Gaye Teather 05/2014

Choreographed to: Calm After The Storm by The Common Linnets -120 bpm-

Intro: 8 Counts.

Step. Pivot 1/2 turn Right. Shuffle. Spiral full turn Right. Shuffle

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

Forward rock. Walk back x 2. Back rock. 1/2 turn Right. 1/4 turn Right

- 1, 2 LF Schritt vorwärts (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
3, 4 LF Schritt zurück und RF Schritt zurück
5, 6 LF Schritt zurück (rechte Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf RF
7, 8 ½ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück - ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt nach rechts

Weave Right. Cross rock. Chasse Left

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

Cross. 1/4 turn Right with sweep. Cross. Sweep. Diagonal Rocking chair

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

Jazz box cross. Side. Behind. Chasse Right

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

Cross rock. Chasse Left. Cross. Unwind full turn Left. Coaster step

- 1, 2 LF vor dem RF kreuzen (rechte Ferse anheben) 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 und volle Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht RF)
7 + 8 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

. Option

5, 6 RF Schritt vorwärts und LF hinter dem RF kreuzend auf tippen

Dorothy steps x 3. Side Left. Drag

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

Back. Back. Touch. 1/4 turn Right. Back rock. Walk. Walk

- 1, 2 RF Schritt zurück und LF Schritt zurück
3, 4 RF neben LF auf tippen und ¼ Rechtsdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
5, 6 RF Schritt zurück (linke Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf LF

7, 8 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts
Tanz beginnt wieder von vorne