



Double XL (Ouch!)

Choreographie

Peter Metelnick & Alison Biggs

Counts

48 , 4 wall, intermediate line dance

Musik:

XXL von Keith Anderson,

Musik Suggestion

It Hurts by Lena Philipsson

From Zero to Hero by Sarah Connor

Side, sailor shuffle

1 2 & 3 4

LF Schritt nach links RF hinter linken kreuzen - Schritt nach links mit links und Gewicht zurück auf den RF

Step, pivot ½ r, step, kick-ball-step

5 6 7&8

LF Schritt nach vorn - ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem RF(6 Uhr) Schritt nach vorn mit links RF nach vorn kicken - RF an linken heran LF Schritt nach vorn

Restart Anderson: In der 2. Runde - Richtung 3 Uhr - bei 8 nur tippen und von vorn beginnen

Walk 2, sailor shuffle,

1-2 3&4

2 Schritte nach vorn (r - l) RF hinter linken kreuzen - Schritt nach links mit links Gewicht zurück auf den RF

Touch back, unwind ½ r, kick-ball-step

5-6 7&8

Linke Fußspitze hinten auftippen - ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem LF (12 Uhr)

RF nach vorn kicken - RF an linken heran LF Schritt nach vorn

Restart Philipsson: In der 3. Runde - Richtung 6 Uhr - bei 8 nur tippen und von vorn beginnen)

Rock forward r + l, full turn l traveling back,

1-2 &3-4

Schritt nach vorn mit rechts, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den LF Schritt zurück mit rechts und Schritt nach vorn mit links, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf RF

Restart Connor: In der 7. Runde, Richtung 6 Uhr: 7-8

LF neben rechtem auftippen - Halten; dann von vorn beginnen)

¼ turn l & chassé l

5-67&8

½ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links - ½ Drehung links herum und Schritt zurück mit rechts (12 Uhr)

¼ Drehung links herum und Schritt nach links mit links (9 Uhr) - RF linken heran und Schritt nach links mit links

Jazz box-ball-cross, side,

1-2 &3-4

RF über linken kreuzen - Schritt zurück mit links Schritt nach rechts mit rechts und LF über rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts

¼ turn l & coaster step, step, ½ trn r **5&6 7-8**

Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung rechts herum und Schritt zurück mit links (12 Uhr)

Coaster heel, ball-cross, point, **1&2&3-4**

Schritt zurück mit rechts - LF an rechten heran und rechte Hacke vorn auf tippen

Schritt zurück mit rechts und LF über rechten kreuzen - Rechte Fußspitze rechts auf tippen

sailor shuffle, ¼ turn l & sailor shuffle **5&67&8**

¼ Drehung links herum LF hinter rechten kreuzen (9 Uhr) - Schritt nach rechts mit rechts und Gewicht zurück auf den LF

Step, point & side, hold **1-2 &3-4**

Schritt nach vorn mit rechts - Linke Fußspitze links auf tippen

LF an rechten heran RF Schritt nach rechts - Halten

& side, cross, scissor step **&5-67&8**

LF an rechten heran RF Schritt nach rechts - LF über rechten kreuzen

RF Schritt nach rechts - LF an rechten heran RF über linken kreuzen

Der Tanz beginnt von vorne

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