

Slow Rain

Gekoreograaf deur: Barry en Dari-Anne Amato 6/09

Musiek: "Slow Rain" deur Rhonda Towns

4 Muur/32 Telling Lyndans

Styl: Cha Cha Intelling: 16 Tellings

Trap kant, wieg agtertoe, plaas terug, skoffel vorentoe, ¼ oorkruis-draai, ¼ skoffel draai

1-3 Trap R kant toe met die R voet (1), wieg terug op die L voet(2), plaas gewig terug op die R voet in plek (3)

4&5 (skoffel na linkerkant) Trap L met L voet(4), trap bymekaar met R voet (&), trap L met L voet (5). Gebruik "kubaanse" heup bewegings as jy wil.

6-7 Kruis die L voet oor en maak oop met 'n ¼ draai L op die bal van die L voet en wieg vorentoe op die R voet (6), plaas gewig terug op die L voet in plek (7)

8&1 "Pivot" 'n ¼ draai na R op die bal van die L voet en skoffel vorentoe RLR

¼ Draai, trap vorentoe, ½ "pivot" draai, "chasse" draai, wieg vorentoe, plaas terug, agteroe skoffel in 'n "lock" posisie

2-3 "Pivot" op die bal van R voet en maak 'n ¼ draai R en trap vorentoe op die L voet (2), "pivot" 'n ½ draai R met die gewig wat eindig op die R voet (3)

4&5 Trap vorentoe op die L voet (4) "pivot" 'n ½ draai R met die gewig wat eindig op die R voet (&) trap vorentoe op die L voet (5)

6-7 Wieg vorentoe op die R voet (6), plaas gewig terug op L voet (7)

8&1 Trap terug op R voet (8), "lock" L voet voor R voet (&), trap terug op die R voet (1)

Wieg agtertoe, plaas gewig terug, draai ½, wieg agtertoe, plaas gewig terug, trap vorentoe, wieg kant toe, plaas gewig terug, kruis oor

2-3 Wieg agtertoe op L voet (2), plaas gewig terug op R voet (3)

4-5 "Pivot" 'n ½ draai R op die bal van R voet en trap neer op die L voet (4), wieg atertoe op R voet (5)

6-7 Plaas terug op L voet (6), trap vorentoe op R voet (7)

8&1 Wieg na die linkerkant toe op L voet (8), plaas terug op R voet (&), kruis L voet oor die R voet (1)

Swaai heupe 2X, trap vorentoe, ½ "pivot" draai, loop vorentoe, wieg vorentoe, plaas terug, trap kant toe

2-3 Trap op R voet en wieg R en L

4-5 Trap vorentoe op die R voet (4), "pivot" ½ draai links met L voet (eindig met gewig op L voet (5)

6-7 Loop vorentoe R en L

8&1 Wieg vorentoe op die bal van R voet (8) plaas gewig terug op L voet (&), trap na die R kant toe op R voet (1)

Begin dans weer....

"Benut gerus die "Slow Rain" dans instruksie DVD op Bari en Dari-Anne se webtuiste...www.thedanceadvantage.com"