



Level: 64 counts / 2-wall / Intermediate
Choreografie: Alison Biggs & Peter Metelnick (11/2014)
Musik: Up von Olly Murs feat. Demi Lovato

Hinweis: Tanz beginnt nach 16 Counts.

[1-8] R STEP, L & R TRAVELING SAILOR STEPS, L ROCK STEP, ½ L TURN

- 1 RF Schritt leicht schräg rechts vorwärts
- 2 + 3 LF hinter dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF Schritt leicht schräg links vorwärts
- 4 + 5 RF hinter dem LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF Schritt leicht schräg rechts vorwärts
- 6, 7 LF Schritt vorwärts (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 8 ½ Linksdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts

[9-16] ½ L TURN, L BACK, R COASTER STEP, L STEP, R HEEL-CLOSE-TOUCH, L HEEL-CLOSE

- 1, 2 ½ Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück und LF Schritt zurück 12.00
- 3 + 4 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 5 LF Schritt vorwärts
- 6 + 7 Rechte Ferse vorne auftippen, RF neben LF absetzen, LF neben RF auftippen
- 8 + Linke Ferse vorne auftippen und LF neben RF absetzen

[17-24] R TOUCH, R KICK-CLOSE, L & R POINT SWITCHES, R SAILOR STEP, L BEHIND-SIDE-CROSS

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

[25-32] R SIDE, HOLD, R BALL SIDE 2x, L CROSS ROCK, ¼ L TURN SHUFFLE

- 1, 2 RF Schritt nach rechts und Halten
- + 3 LF neben RF absetzen und RF Schritt nach rechts
- + 4 LF neben RF absetzen und RF Schritt nach rechts
- 5, 6 LF vor dem RF kreuzen (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 7 + 8 ¼ Linksdrehung & LF Schritt vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts 9.00

[33-40] L FULL TRUN, R SHUFFLE, L ROCK STEP- & BACK, ¼ PIVOT TRUN

- 1, 2 ½ Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück und ½ Linksdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts
- 3 + 4 RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 5, 6 + LF Schritt vorwärts (rechte Ferse anheben), Gewicht zurück auf RF, LF neben RF absetzen
- 7, 8 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- . Option
- 1, 2 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts

[41-48] R CROSS, BACK, BALL CROSS, SIDE, ¼ L COASTER STEP, L FULL TURN

- 1, 2 RF vor dem LF kreuzen und LF Schritt zurück
- + 3, 4 RF Schritt nach rechts, LF vor dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts
- 5 + 6 ¼ Linksdrehung & LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts
- 7, 8 ½ Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück und ½ Linksdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts
- . Option
- 7, 8 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts

[49-56] ¼ L PIVOT TURN, R CROSS SHUFFLE, 2 x ¼ R TURN, L CROSS SHUFFLE

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF) 12.00
- 3 + 4 RF weit über dem LF kreuzen, LF etwas zum RF heransetzen, RF weiter über dem LF kreuzen
- 5, 6 ¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück und ¼ Rechtsdrehung & RF Schritt nach rechts 6.00
- 7 + 8 LF weit über dem RF kreuzen, RF etwas zum LF heransetzen, LF weiter über dem RF kreuzen

[57-64] R SIDE ROCK, & L SIDE ROCK, L TAP - POINT, L COASTER STEP

- 1, 2 + RF Schritt nach rechts (linke Ferse anheben), Gewicht zurück auf LF, RF neben LF absetzen
- 3, 4 LF Schritt nach links (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 5, 6 Linke Fußspitze vorne auf tippen und linke Fußspitze links auf tippen
- 7 + 8 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

Tanz beginnt wieder von vorne

Brücke: Am Ende des 1. und 3. Durchgangs tanze zusätzlich die letzte Sektion noch 1 x

Brücke: Am Ende des 2. Durchgangs tanze zusätzlich

ROCKING CHAIR

- 1, 2 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3, 4 RF Schritt zurück (linke Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf LF

Finish: Am Ende des 6. Durchgangs tanze noch

- 1 RF Schritt vorwärts (strecke die Arme nach oben und schaue nach oben)