

Running Bear

Choreograaf : Neil Hale
Soort Dans : 1 wall phrased line dance
Niveau : Beginner / Intermediate
Tellen : A64, B32, C28
Info : 106 Bpm - Dansvolgorde: A-B, A-B, A-B-B, C
Muziek : "Running Bear" by Dean Brothers
Bron :

Deel A:

Toe Struts Forward

1 RV stap op teen voor
2 RV zet hak neer
3 LV stap op teen voor
4 LV zet hak neer
5 RV stap op teen voor
6 RV zet hak neer
7 LV stap op teen voor
8 LV zet hak neer

Rock Step, Shuffles Backward, Rock Step

1 RV rock voor
2 LV gewicht terug
3 RV stap achter
& LV sluit aan
4 RV stap achter
5 LV stap achter
& RV sluit aan
6 LV stap achter
7 RV rock achter
8 LV gewicht terug

Toe Struts Forward

1 RV stap op teen voor
2 RV zet hak neer
3 LV stap op teen voor
4 LV zet hak neer
5 RV stap op teen voor
6 RV zet hak neer
7 LV stap op teen voor
8 LV zet hak neer

Rock Step, Shuffles Backward, Rock Step

1 RV rock voor
2 LV gewicht terug
3 RV stap achter
& LV sluit aan
4 RV stap achter
5 LV stap achter
& RV sluit aan
6 LV stap achter
7 RV rock achter
8 LV gewicht terug

Side Toe Struts, Cross Rock Backward, Chassé

1 RV stap op teen gekruist voor LV
2 RV zet hak neer
3 LV stap op teen links opzij
4 LV zet hak neer
5 RV rock achter
6 LV gewicht terug
7 RV stap rechts opzij
& LV stap naast RV
8 RV stap rechts opzij

Side Toe Struts, Cross Rock Backward, Chassé

1 LV stap op teen gekruist voor RV
2 LV zet hak neer
3 RV stap op teen rechts opzij
4 RV zet hak neer
5 LV rock achter
6 RV gewicht terug
7 LV stap links opzij
& RV stap naast LV
8 LV stap links opzij

Side Toe Struts, Cross Rock Backward, Chassé

1 RV stap op teen gekruist voor LV
2 RV zet hak neer
3 LV stap op teen links opzij
4 LV zet hak neer
5 RV rock achter
6 LV gewicht terug
7 RV stap rechts opzij
& LV stap naast RV
8 RV stap rechts opzij

Side Toe Struts, Cross Rock Backward, Step, Hold

1 LV stap op teen gekruist voor RV
2 LV zet hak neer
3 RV stap op teen rechts opzij
4 RV zet hak neer
5 LV rock achter
6 RV gewicht terug
7 LV stap links opzij
8 rust

Running Bear

Choreograaf : Neil Hale
Soort Dans : 1 wall phrased line dance
Niveau : Beginner / Intermediate
Tellen : A64, B32, C28
Info : 106 Bpm - Dansvolgorde: A-B, A-B, A-B-B, C
Muziek : "Running Bear" by Dean Brothers
Bron :
Blad : 2

Deel B:

Sailor Steps, Shuffles Forward

1 RV stap gekruist achter LV
& LV stap links opzij
2 RV stap schuin voor
3 LV stap gekruist achter RV
& RV stap rechts opzij
4 LV stap schuin voor
5 RV stap voor
& LV sluit aan
6 RV stap voor
7 LV stap voor
& RV sluit aan
8 LV stap voor

Heel Touches, Pivot Turn, 2 Stomps Diagonal

1 RV tik hak voor
2 RV stap naast LV
3 LV tik hak voor
4 LV stap naast RV
5 RV stap voor
6 R+L ½ draai linksom
7 RV stamp diagonaal rechts voor
8 LV stamp diagonaal links voor

Sailor Steps, Shuffles Forward

1 RV stap gekruist achter LV
& LV stap links opzij
2 RV stap schuin voor
3 LV stap gekruist achter RV
& RV stap rechts opzij
4 LV stap schuin voor
5 RV stap voor
& LV sluit aan
6 RV stap voor
7 LV stap voor
& RV sluit aan
8 LV stap voor

Heel Touches, Pivot Turn, 2 Stomps Diagonal

1 RV tik hak voor
2 RV stap naast LV
3 LV tik hak voor
4 LV stap naast RV
5 RV stap voor
6 R+L ½ draai linksom
7 RV stamp diagonaal rechts voor
8 LV stamp diagonaal links voor

Deel C:

Toe Struts Forward

1 RV stap op teen voor
2 RV zet hak neer
3 LV stap op teen voor
4 LV zet hak neer
5 RV stap op teen voor
6 RV zet hak neer
7 LV stap op teen voor
8 LV zet hak neer

Rock Step, Shuffles Backward, Rock Step

1 RV rock voor
2 LV gewicht terug
3 RV stap achter
& LV sluit aan
4 RV stap achter
5 LV stap achter
& RV sluit aan
6 LV stap achter
7 RV rock achter
8 LV gewicht terug

Sailor Steps, Shuffles Forward

1 RV stap gekruist achter LV
& LV stap links opzij
2 RV stap schuin voor
3 LV stap gekruist achter RV
& RV stap rechts opzij
4 LV stap schuin voor
5 RV stap voor
& LV sluit aan
6 RV stap voor
7 LV stap voor
& RV sluit aan
8 LV stap voor

Heel Touches, Pivot Turn, stomp

1 RV tik hak voor
2 RV stap naast LV
3 LV tik hak voor
4 LV stap naast RV
5 RV stamp voor

beide armen zijwaarts naar beneden gestrekt