

Take A Breather



32 Counts

4 wall

Beginner/Intermediate

02.2022

Choreographie : Maggie Gallagher

Musik : I Need A Breather

Darryl Worley

1 Side, Slide, Back Rock, Side, Together, Chasse

- 1, 2 LF Schritt nach links, RF an LF heranziehen
- 3, 4 RF Schritt zurück (LF etwas anheben), Gewicht zurück auf LF
- 5, 6 RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen
- 7 + 8 RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen, RF Schritt nach rechts

2 Cross, Back Touch, Back, ¼ Turn Step, Back Touch, Back, Hook

- 1, 2 LF vor RF kreuzen, rechte Fußspitze hinter linker Hacke auftippen
- 3, 4 RF Schritt zurück, ¼ Linksdrehung & LF Schritt vorwärts
- 5, 6 RF Schritt vorwärts, linke Fußspitze hinter rechter Hacke auftippen
- 7, 8 LF Schritt zurück, RF vor LF kreuzen & anheben (Arme heben und schnippen) ****13 (9 Uhr)**

3 Step, Lock, Step Lock Step, Cross, Back, Side, Sways

- 1, 2 RF Schritt vorwärts, LF hinter RF einkreuzen
- 3 + 4 RF Schritt vorwärts, LF hinter RF einkreuzen, RF Schritt vorwärts
- 5, 6 LF vor RF kreuzen, RF Schritt zurück
- 7, 8 LF Schritt nach links, Hüften nach links und rechts schwingen ****9 (9 Uhr)**

4 Side, Behind, ¼ Step, Step, ½ Turn, ¼ Turn Side, Behind, Side

- 1, 2 LF Schritt nach links, RF hinter LF kreuzen
- 3, 4 ¼ Linksdrehung & LF Schritt vorwärts, RF Schritt vorwärts
- 5, 6 ½ Linksdrehung auf beiden Ballen (Gewicht am Ende LF), ¼ Linksdrehung & RF Schritt nach rechts
- 7, 8 LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach rechts ****4 (12 Uhr)**

Tanz beginnt wieder von vorne

****4 Brücke**

Am Ende der 4. Runde wiederhole die 4. Schrittfolge und beginne dann von vorne.

Side, Behind, ¼ Step, Step, ½ Turn, ¼ Turn Side, Behind, Side

- 1, 2 LF Schritt nach links, RF hinter LF kreuzen
- 3, 4 ¼ Linksdrehung & LF Schritt vorwärts, RF Schritt vorwärts
- 5, 6 ½ Linksdrehung auf beiden Ballen (Gewicht am Ende LF), ¼ Linksdrehung & RF Schritt nach rechts
- 7, 8 LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach rechts

****9 Brücke**

Nach 24 Counts der 9. Runde tanze folgende Schritte und beginne dann von vorne.

Hip Bumps

- 1, 2 Hüften nach links und rechts schwingen
- 3, 4 Hüften nach links und rechts schwingen

****13 Ende**

Nach 16 Counts der 13. Runde tanze zum Abschluss folgende Schritte

Rock Step, Coaster Step, Step, ¼ Turn & Back Touch

- 1, 2 RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben), Gewicht zurück auf LF
- 3 + 4 RF Schritt zurück, LF an RF heransetzen, RF kleiner Schritt nach vorn
- 5, 6 LF Schritt vorwärts, ¼ Rechtsdrehung & rechte Fußspitze hinter LF auftippen, verbeugen & schnippen