



Rhein Valley Line Dance

My Heart Skips A Beat

Line Dance, Phrased, 1 Wand

Schwierigkeitsgrad: Einfach/Mittel

Choreographie: Elisabeth Elkuch-Heid

Musik: My Heart Skips A Beat by Olly Murs

A-B-C-A-B-C-B(Spezial)-C-Ending

A: 1-8 R Heel, Hold, Heel Switches L-R-L-R

1-4 ReFerse nach vorn berühren, 3 Schläge warten

&5&6& RF zurück zur Mitte, LiFerse nach vorne, LF zurück zur Mitte, ReFerse nach vorn, RF zurück zur Mitte

7&8 LiFerse nach vorn, LF zurück zur Mitte, ReFerse nach vorn

9-16 Jazz Box ¼ Turn L, Hip Bumps

&1-4 RF zurück zur Mitte, LF kreuzt vorne RF, RF mit ¼-Linksdrehung Schritt zurück, LF Schritt leicht nach li, RF neben LF stellen

5&6 Hüftschwünge: re-li-re

7&8 Hüftschwünge: li-re-li

17-24 Shuffle Fwd R, Mambo, Shuffle Back R, Mambo

1&2 RF Schritt nach vorn, LF schliesst auf, RF Schritt nach vorn

3&4 LF Schritt nach vorn, Gew. wieder auf RF, LF neben RF stellen

5&6 RF Schritt zurück, LF schliesst vorne auf, RF Schritt zurück

7&8 LF Schritt zurück, Gew. wieder auf RF, LF neben RF stellen

25-32 Paddle Turns ¾-Left

1&2& RF Schritt nach vorn, 1/8-Linksdrehung und Gew. LF, RF Schritt nach vorn, 1/8-Linksdrehung und Gew. LF

3,4 RF Schritt nach vorn, ¼-Linksdrehung und Gew. LF

5&6& RF Schritt nach vorn, 1/8-Linksdrehung und Gew. LF, RF Schritt nach vorn, 1/8-Linksdrehung und Gew. auf LF

7,8 RF Schritt nach vorn, 1/8-Linksdrehung und Gew. LF

B: 1-8 Heel And Toe Splits, Chasse R And L

1&2 Fersen zueinander, auseinander, zueinander

3&4 Fersen auseinander, zueinander, auseinander

5&6 RF Schritt nach re, LF neben RF stellen, RF Schritt nach re

7&8 LF Schritt nach lie, RF neben LF stellen, LF Schritt nach li

9-16 Repeat 1-8 – Wiederhole 1-8

17-24 Shuffle Fwd R, Mambo, Shuffle Back R, Mambo

1&2 RF Schritt nach vorn, LF schliesst auf, RF Schritt nach vorn

3&4 LF Schritt nach vorn, Gew. auf RF, LF neben RF stellen

5&6 RF Schritt zurück, LF schliesst vor RF auf, RF Schritt zurück

7&8 LF Schritt zurück, Gew. auf RF, LF neben RF stellen

25-32 Side Mambos, Step Turn ½ L, Jazz Box

1&2 RF Schritt nach re, Gew. auf LF, RF neben LF stellen

3&4 LF Schritt nach li, Gew. auf RF, LF neben RF stellen

5,6 RF Schritt nach vorn, ½-Linksdrehung

7,8 RF kreuzt vorne LF, LF Schritt leicht zurück

33-36 Step R, Cross L Over R, Undo ½ Right With 3 Counts

&1,2,3,4 Schritt auf RF, LF kreuzt vorne RF, ½-Rechtsdrehung in 3 Schlägen ausführen (Knoten lösen)

C: 1-8 Full Turn R, Mambo Side R, Mambo L Fwd, Mambo R Back

1,2 RF Schritt mit ½-Rechtsdrehung nach vorn, LF Schritt mit ½-Rechtsdrehung leicht zurück

3&4 RF Schritt nach re, Gew. auf LF, RF neben LF stellen

5&6 LF Schritt nach vorn, Gew. auf RF, LF neben RF stellen

7&8 RF Schritt zurück, Gew. auf LF, RF neben LF stellen

9-16 Repeat 1-8 Only With L, Wiederhole 1-8 nur spiegelbildlich mit L

17-24 Step Turn ½ L, Step Turn ½ L, Jazz Box

1-4 RF Schritt nach vorn, ½-Linksdrehung, RF Schritt nach vorn, ½-Linksdrehung

5-8 RF kreuzt vorne LF, LF Schritt leicht zurück, RF neben LF stellen, LF neben RF berühren

25-32 Repeat 17-24 Only With L, Wiederhole 17-24 nur spiegelbildlich mit L

33-40 Heel R, Heel L, Heel R 2x, Jazz Box ¼ Turn L

1&2& ReFerse nach vorn, RF zurück zur Mitte, LiFerse nach vorn, LF zurück zur Mitte

3,4& ReFerse nach vorn auftippen 2x, RF zurück zur Mitte

5-8 LF kreuzt vorne RF, RF Schritt mit ¼-Linksdrehung zurück, LF neben RF stellen, RF Schritt am Platz

41-48 Heel L, Heel R, Heel L 2x, Jazz Box ¼ Turn R

1&2& LiFerse nach vorn, LF zurück zur Mitte, ReFerse nach vorn, RF zurück zur Mitte

3,4& LiFerse nach vorn auftippen 2x, LF zurück zur Mitte

5-8 RF kreuzt vorne LF, LF Schritt mit ¼-Rechtsdrehung zurück, RF neben LF stellen, LF Schritt am Platz

Tag: Ende vom 3. Mal B:

25-32 Side Mambos, Fwd Mambos

1&2 RF Schritt nach re, Gew. wieder auf LF, RF neben LF stellen

3&4 LF Schritt nach li, Gew. wieder auf RF, LF neben RF stellen

5&6 RF Schritt nach vorn, Gew. wieder auf LF, RF neben LF stellen

7&8 LF Schritt zurück, Gew. wieder auf RF, LF neben RF stellen

33-40 Step Turn ½-L, Jazz Box, And Cross - Undo

1,2 RF Schritt nach vorn, ½-Linksdrehung

3,4 RF kreuzt vorne LF, LF Schritt leicht zurück

&5 Schritt auf RF, LF kreuzt vorne RF

6-8 langsam ½-Rechtsdrehung starten

41-44 Undo Turn ½ Right

1-4 ½-Rechtsdrehung fertig machen in 4 Schlägen

Danach folgt C

Ending: 1-16: Jump Fwd-Back-Fwd-Back, ¼ Turn L 2x (this section twice)

&1&2 RF nach vorn, LF nach vorn, RF zurück, LF zurück

&3&4 RF nach vorn, LF nach vorn, RF zurück, LF zurück

5-8 RF Schritt nach vorn, ¼-Linksdrehung, RF Schritt nach vorn ¼-Linksdrehung

9-16 Repeat Steps Above - Wiederhole die vorigen Schritte

www.rheinvalley.li

Mai 2012-05-20