

Feeling Good

32 Count, 4 Wall

Beginner

Choreographie: Gudrun Schneider & Heather Barton

Musik: Feeling Good (ft. KIDDO) von Strobe!

Hinweis: Der Tanz beginnt sofort - Einatmen und Los

Samba across r + l, Mambo forward, shuffle back turning ½ l

1&2 RF über li kreuzen - Schritt nach li mit li und Gewicht zurück auf den RF

3&4 LF über re kreuzen - Schritt nach re mit re und Gewicht zurück auf den LF

5&6 Schritt vor mit re, LF anheben - Gewicht zurück auf den LF und Schritt zurück mit re

7&8 ¼ Drehung li rum und Schritt nach li mit li - RF an li ransetzen, ¼ Drehung li herum und Schritt vor mit li (6 Uhr)

Rock forward & step, pivot ¼ r, shuffle across, side/sways

1-2 Schritt vor mit re, LF anheben - Gewicht zurück auf den LF

&3-4 RF an li ransetzen und Schritt vor mit li - ¼ Drehung re herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende re (9 Uhr)

5&6 LF weit über re kreuzen - RF an li ranziehen und LF weit über re kreuzen

7-8 Schritt nach re mit re/Hüften nach re schwingen - Hüften nach lischwingen

Cross, back, chassé r, rock across-¼ turn l, kick-out-out

1-2 RF über li kreuzen - Schritt zurück mit li/Po zurück schieben

3&4 Schritt nach re mit re - LF an re ransetzen und Schritt nach re mit re

5&6 LF über re kreuzen, RF anheben - Gewicht zurück auf den RF, ¼ Drehung li herum und Schritt vor mit li (6 Uhr)

7&8 RF vor kicken - Kleinen Schritt nach re mit re und nach limit li

Heels-toes-heels swivels, shuffle forward, rock across-¼ turn l, rock across-point

1&2 Beide Fersen, Fußspitzen und wieder Fersen nach innen drehen (Gewicht am Ende li)

3&4 Schritt vor mit re - LF an re ransetzen und Schritt vor mit re

5&6 LF über re kreuzen, RF anheben - Gewicht zurück auf den RF, ¼ Drehung li herum und Schritt vor mit li (3 Uhr)

7&8 RF über li kreuzen, LF anheben - Gewicht zurück auf den LF und re Fußspitze re auftippen

Tag/Brücke (nach Ende der 4. Runde - 12 Uhr)

Snaps

1-2 Mit der re Hand li oben schnippen - Mit der re Hand re unten schnippen

3-4 Wie 1-2

Der Tanz beginnt von vorne. Kopf hoch und das Lächeln nicht vergessen!!!