

## **Take Back Your Life** (Mei 2024)

Choreografie : Marianne vd Toorn Vrijthoff

Soort dans : 4 muurs lijndans

Niveau : Beginner

Tellen : 32

Intro : 16 tellen vanaf de hardere beat (16 sec)

No Tag, No Restart

## All Country

Muziek : Take Back Your Life

Artiest : Duguneh & Mohombi ft. Sha

Tempo : 125 BPM

Dansvideo

[www.thebluestarslinedancers.nl](http://www.thebluestarslinedancers.nl)

### **SEC 1: CHASSE R, ROCK BACK, RECOVER, CHASSE L, ROCK BACK, RECOVER**

1 RV stap R-opzij (12.00)

& LV stap nast RV

2 RV stap R-opzij

3 LV rock achter

4 RV gewicht terug

5 LV stap L-opzij

& RV stap naast LV

6 LV stap L-opzij

7 RV rock achter

8 LV gewicht terug

### **SEC 2: CROSS, POINT, CROSS, POINT, CROSS, STEP BACK, SWAY R-L**

1 RV kruis over LV

2 LV tik teen L-opzij

3 LV kruis over RV

4 RV tik teen R-opzij

5 RV kruis over LV

6 LV 1/4 draai R-om, stap achter (3.00)

7 RV duw heup R

8 LV duw heup L

### **SEC 3: SHUFFLE FWD, ROCK FWD, RECOVER, SHUFFLE BACK, ROCK BACK, RECOVER**

1 RV stap voor

& LV stap naast RV

2 RV stap voor

3 LV rock voor

4 RV gewicht terug

5 LV stap achter

& RV stap naast LV

6 LV stap achter

7 RV rock achter

8 LV gewicht terug (3.00)

### **SEC 4: PIVOT 1/4, PIVOT 1/4, SIDE ROCK, RECOVER, SIDE, TOUCH**

1 RV stap voor

2 LV 1/4 draai L-om (12.00)

3 RV stap voor

4 LV 1/4 draai L-om (9.00)

5 RV rock R-opzij

6 LV gewicht terug

& RV stap naast LV

7 LV stap L-opzij

8 RV tik teen naast LV (9.00)

**Begin opnieuw !**