

# Shaping Up

## 4 Wall Line Dance

The Border Line Dancers



### Vine With ¼ Turn Right, Scuff, Step, ¼ Turn Right, Cross, Hold & Clap

- 1-2 RF setzt zur Seite – LF kreuzt hinter RF  
3-4 RF setzt mit ¼ Dreh nach rechts – LF macht Scuff nach vorne  
5-6 LF setzt vor – LF + RF machen ¼ Dreh re. um  
7-8 LF kreuzt vor RF – Halt und Klatsch (6 Uhr)

### Vine With ¼ Turn Right, Scuff, Step, ¼ Turn Right, Cross, Hold & Clap

- 1-2 RF setzt zur Seite – LF kreuzt hinter RF  
3-4 RF setzt mit ¼ Dreh nach re. – LF macht Scuff nach vorne  
5-6 LF setzt vor – LF + RF machen ¼ Dreh re. um  
7-8 LF kreuzt vor RF – Halt und Klatsch (12 Uhr)

### Side, Together, Back, Kick, Coaster Step, Hold

- 1-2 RF setzt zur Seite – LF setzt bei  
3-4 RF setzt zurück – LF kickt nach vorne  
5-6 LF setzt zurück – RF setzt bei  
7-8 LF setzt vor – Halt

### Step Fwd, Tick, Step Back, Kick, ½ Turn Slow Shuffle Right, Hold

- 1-2 RF setzt vor – LF tippt hinter RF  
3-4 LF setzt zurück – RF kickt nach vorne  
5-6 RF setzt ¼ Dreh re. um – LF schließt an  
7-8 RF setzt ¼ Dreh re. um – Halt (6 Uhr)

### Step Fwd, Tick, Step Back, Hold, Toe Strut With ¼ Turn, Crossing Toe Strut

- 1-2 LF setzt vor – RF tippt hinter LF  
3-4 RF setzt zurück – Halt  
5-6 LF setzt auf Zehen ¼ Dreh nach li.- LF setzt Hacke ab  
7-8 RF setzt auf Zehen gekreuzt vor LF – RF setzt Hacke ab (3 Uhr)

### Step, Slide, Rock Back, 2x

- 1-2 LF setzt großen Schritt zur Seite – RF zieht daneben  
3-4 RF rock zurück – Gewicht zurück auf LF  
5-6 RF setzt großen Schritt zur Seite – LF zieht daneben  
7-8 LF rock zurück – Gewicht zurück auf RF

### Step Lock Step Fwd, Hold, Mambo Step, Hold

- 1-2 LF setzt vor – RF kreuzt hinter LF  
3-4 LF setzt vor – Halt  
5-6 RF setzt vor – LF setzt am Platz  
7-8 RF setzt neben LF – Halt

### Step Lock Back 2x, Back, Side, Cross, Hold

- 1-2 LF setzt zurück – RF kreuzt vor LF  
3-4 LF setzt zurück – RF kreuzt vor LF  
5-6 LF setzt zurück – RF setzt zur Seite  
7-8 LF kreuzt vor RF – Halt (3 Uhr)

### **Beginne von vorne**

→ Der Tanz endet nach dem 7. Durchgang auf 9 Uhr. Um auf 12 Uhr zu enden, die letzten 4 Schritte wie folgt tanzen:

### Side Rock with ¼ Turn Right, Step, Hold

- 1 LF rock zur Seite  
2 Gewicht zurück auf RF mit ¼ Dreh re.  
3 LF setzt vor  
4 Halt

**Choreograf:** Robbie McGowan Hickie

**Counts:** 64

**Level:** Beginner/Intermediate

**Musik:** The Shape I'm In / The Deans