

This Is Us

4 Wall line dance



Toe Touches Fwd & Back, Touch Out, Touch In

- 1 RF-Zeh tippt vor
- 2 RF wieder am Platz
- 3 LF-Zeh tippt zurück
- 4 LF wieder am Platz
- 5 RF-Zeh tippt vor
- 6 RF wieder am Platz
- 7 LF-Zeh tippt zur Seite
- 8 LF-Zeh tippt wieder am Platz

Vine ¼ Turn L, Brush, Jazz Box, Hold

- 1 LF setzt zur Seite
- 2 RF kreuzt zurück
- 3 LF ¼ dreh links um, setzt vor
- 4 RF- Ballen streift vor
- 5 RF kreuzt vor
- 6 LF setzt zurück
- 7 RF setzt zur Seite
- 8 Halt

Cross Rock, Side, Hold, Cross Rock, ¼ Turn

R, Hold

- 1 LF rock gekreuzt vor RF
- 2 RF Gewicht zurück
- 3 LF setzt zur Seite
- 4 Halt
- 5 RF rock gekreuzt vor LF
- 6 LF Gewicht zurück
- 7 RF ¼ dreh rechts um,
- 8 Halt

Step, ¼ Turn R, Cross, Hold, Triple ¾ Turn L,

Hold

- 1 LF setzt vor
- 2 LF+RF ¼ dreh rechts um
- 3 LF kreuzt vor RF
- 4 Halt
- 5 RF ¼ dreh links um, setzt zurück
- 6 LF ½ dreh links um, setzt vor
- 7 RF setzt vor
- 8 Halt

Choreograf : Gaye Teather

Level: 2

Counts : 64

Musik : "This Is Us" bpm 176

Interpret: Mark Knopfler & Emmylou Harris

Alternative: Go To Sleep Big Bertha von

Eddie Rabbitt (176 bpm, 32 count intro)

L Lock Step, Brush, R Lock Step, Brush

- 1 LF setzt vor
- 2 RF setzt gekreuzt zum LF ran
- 3 LF setzt vor
- 4 RF-Ballen streift vor
- 5 RF setzt vor
- 6 LF setzt gekreuzt zum RF ran
- 7 RF setzt vor
- 8 LF-Ballen streift vor

Mambo Fwd Hold, Mambo Back, Hold

- 1 LF setzt vor
- 2 RF Gewicht zurück
- 3 LF setzt zum RF an
- 4 Halt
- 5 RF setzt zurück
- 6 LF Gewicht zurück
- 7 RF setzt zum LF an
- 8 Halt

Rumba Box

- 1 LF setzt zur Seite
- 2 RF zieht zum LF ran
- 3 LF setzt vor
- 4 Halt
- 5 RF setzt zur Seite
- 6 LF zieht zum RF ran
- 7 RF setzt zurück
- 8 Halt

Back L, Hold & Clap, Back R, Hold & Clap,

Sailor ¼ Turn L, Hold

- 1 LF setzt zurück
- 2 Halt, klap
- 3 RF setzt zurück
- 4 Halt, klap
- 5 LF kreuzt hinterm RF,
- 6 RF dreht ¼ links um, setzt zur Seite
- 7 LF setzt zur Seite
- 8 Halt

Beginne von vorn