

Settle Down

80 count, 4 wall, intermediate/advanced line dance

Choreographie: Syndie Berger

Musik: Settle Down by The McClymonts

HEEL ROCK – RECOVER – HEEL ROCK 1/4 TURN – RECOVER – ROCK BACK – STOMP TWICE

- 1, 2 RF Ferse vorne LF leicht anheben, zurück auf LF stellen
- 3, 4 1/4 Drehung rechts RF Ferse vorne LF leicht anheben, zurück auf LF stellen.
- 5, 6 Sprung auf RF zurück, LF Kick nach vorne, LF neben RF stellen
- 7, 8 RF neben LF stampfen , LF neben RF stampfen

CROSS ROCK & HOOK – KICK – KICK – CROSS ROCK & HOOK – STOMP SIDE – PIGEON TOE RIGHT

- 1, 2 RF über LF kreuzen dabei LF hinter RF leicht anheben zurück auf LF stellen und RF nach vorne Kicken
- 3, 4 RF neben LF stellen dabei mit LF nach vorne Kicken, LF über RF kreuzen
- 5, 6 RF neben LF stellen, LF Ferse nach innen drehen und RF und Spitze nach rechts drehen
- 7, 8 LF Spitze nach rechts drehen und RF Ferse nach rechts drehen, LF Ferse nach innen drehen und RF und Spitze nach rechts drehen

SLOW VAUDEVILLE LEFT – CROSS-SIDE – KICK – STOMP UP

- 1, 2 LF über RF kreuzen, RF kleiner Schritt nach rechts zurück
- 3, 4 LF Ferse vorne links auftippen , LF neben RF stellen
- 5, 6 RF vor LF kreuzen, LF kleiner Schritt nach links hinten
- 7, 8 RF nach vorne Kicken, RF neben LF stampfen

in der 4.Runde Neustart

FLICK WITH 1/4 TURN – STOMP UP – KICK FORWARD – STOMP UP – FLICK WITH 1/4 TURN – STOMP UP – ROCK BACK

- 1, 2 RF Kick nach rechts dabei 1/4 Drehung nach rechts , RF neben LF stampfen
- 3, 4 RF Kick nach vorne, RF neben LF stampfen
- 5, 6 1/4 Drehung rechts am LF dabei RF Kick vorne
- 7, 8 Sprung zurück auf RF dabei Kick nach vorne mit LF , LF neben RF stellen.

DIAGONALE STEP-LOCK-STEP – STOMP UP – DIAGONALE STEP BACK & STOMP UP TWICE

- 1, 2 RF diagonaler Schritt nach vorne rechts, LF hinter RF einkreuzen
- 3, 4 RF Schritt diagonal nach vorne, LF neben RF auftippen
- 5, 6 LF Schritt diagonal nach hinten links, RF neben LF auftippen
- 7, 8 RF Schritt diagonal nach hinten rechts, LF neben RF auftippen

DIAGONALE STEP-LOCK-STEP – STOMP UP – DIAGONALE STEP BACK & STOMP UP, HEEL – TOE TOUCH

- 1, 2 LF Schritt diagonal nach vorne links, RF hinter LF einkreuzen
- 3, 4 LF Schritt diagonal nach vorne links, RF neben LF auftippen
- 5, 6 RF Schritt nach hinten LF neben RF auftippen
- 7, 8 LF Ferse vorne auftippen, LF Spitze neben RF auftippen

HALF TURN STEP PIVOT – SCUFF – STEP 1/2 TURN TWICE

- 1, 2 1/2 Drehung links am RF dabei LF Schritt nach vorne RF Schritt nach vorne
- 3, 4 1/2 Drehung auf beiden Fußballen , RF mit der Ferse am Boden streifen
- 5, 6 RF Schritt nach vorne 1/2 Drehung links auf beiden Fußballen
- 7, 8 RF Schritt nach vorne 1/2 Drehung links auf beiden Fußballen

HEELS OUT-OUT FORWARD – BACK IN-IN – SWIVETS RIGHT & LEFT

- 1, 2 RF Schritt nach vorne auf den R Fußballen LF Schritt nach vorne auf den LF-Ballen
- 3, 4 RF Schritt zurück LF neben RF Stellen
- 5, 6 Linke Ferse nach links und Rechte Fuß-Spitze nach rechts drehen
linke Ferse und rechte Fußspitze zurückdrehen
- 7, 8 rechte Ferse nach rechts drehen und linke Fußspitze nach links drehen,
rechte Ferse und linke Fußspitze zurückdrehen

(6.Durchgang Start bei Block 1)

am Ende der 3. und 5 Runde die letzten 16 Counts 2x
am Ende des 7. Durchgangs die letzten 16 Courts 4x

CROSS ROCKING CHAIR WITH HOOK & FLICK TWICE

- 1, 2 RF über LF kreuzen dabei LF leicht anheben, LF zurückstellen
- 3, 4 RF Schritt zurück dabei LF Kick nach schräg vorne links , LF neben RF stellen
- 5, 6 RF über LF kreuzen dabei LF leicht anheben, LF zurückstellen
- 7, 8 RF Schritt zurück dabei LF Kick nach schräg vorne links , LF neben RF stellen

(im 4.Durchgang Neustart)

CROSS ROCK & HOOK – KICK – KICK – CROSS ROCK & HOOK – KICK – FLICK STOMP UP

- 1, 2 RF über LF kreuzen und LF hinter RF leicht anheben zurück auf LF springen und
dabei mit RF nach vorne Kicken.
- 3, 4 RF neben LF stellen und Kick mit RF nach vorne RF über LF kreuzen und
dabei LF leicht anheben
- 5, 6 Sprung zurück auf RF und Kick mit LF nach vorne, LF neben RF abstellen
- 7, 8 RF neben LF aufstampfen 2X

Tanz beginnt wieder von vorne.

Quelle: bald-eagle.de