



## Up

32 counts – beginner/intermediate

Choreographie: ?

Musik: Up

von: Shania Twain

### heel switches, shuffle forward R + L

- 1 R Hacke vorn auf tippen
- 2 R Fuß an L heransetzen
- 3 L Hacke vorn auf tippen
- 4 L Fuß an R heransetzen
- 5&6 Wechselschritt nach vorn mit R
- 7&8 Wechselschritt nach vorn mit L

### step, pivot $\frac{1}{4}$ L 2x, heel switches, walk forward 2

- 1 Schritt nach vorn mit R
- 2  $\frac{1}{4}$  Drehung nach L
- 3-4 wie 1-2
- 5 R Hacke vorn auf tippen
- &6 R Fuß an L heransetzen und L Hacke vorn auf tippen
- &7-8 L Fuß an R heransetzen und 2 Schritte vor R+L

### chasse R, rock back, chasse L, touch back, $\frac{1}{4}$ turn R

- 1 Schritt nach R mit R
- &2 L Fuß an R heransetzen und Schritt nach R mit R
- 3 L Fuß hinter R kreuzen und R Fuß dabei etwas anheben
- 4 Gewicht zurück auf den L Fuß
- 5 Schritt nach L mit L
- &6 R Fuß an L heransetzen und Schritt nach L mit L
- 7 R Fußspitze hinten auf tippen
- 8  $\frac{1}{4}$  Drehung nach R

### vine L, rolling vine R

- 1 Schritt nach L mit L
- 2 R Fuß hinter L kreuzen
- 3 Schritt nach L mit L
- 4 R Fuß neben L auf tippen
- 5-7 mit 3 Schritten eine volle Drehung R herum ausführen R, L, R
- 8 L Fuß an R heransetzen

man kann auch die Schritte 1-4 wiederholen nur Spiegelverkehrt

**Begin dance again**