

Dig Your Heels

4 muurs lijndans

Dansvolgorde: A,B,A,A,A,A,B,A,A,Tag, Tag+, A,A, Tag

Part A:

Kick, Side Kick, Sailor Step, Kick, Side Kick, ¼ Turn-Coaster Step

- 1 RV schop voor
- 2 RV schop opzij
- 3 RV kruis achter RV
- & LV stap opzij op teen
- 4 RV stap opzij
- 5 LV schop voor
- 6 LV schop opzij
- 7 LV stap achter **na** ¼ draai Li
- & RV stap naast LV
- 8 LV stap voor

Shuffle (2x), Rock Step, Roll

- 9 RV stap iets voor
- & LV trek bij
- 10 RV stap iets voor
- 11 LV stap iets voor
- & RV trek bij
- 12 LV stap iets voor
- 13 RV stap en wieg voor
- 14 LV wieg terug
- 15 RV stap voor **na** ½ draai Re
- 16 LV stap achter **na** ½ draai Re

¼ Turn-Chasse, Cross, Diagonal Back Step, Chasse, Cross, ⅙Turn

- 17 RV stap iets opzij **na** ¼ draai Re
- & LV stap naast RV
- 18 RV stap iets opzij, draai schouders Re.
- 19 LV kruis over RV
- 20 RV stap schuin achter
- 21 LV stap iets opzij (10.30)
- & RV stap naast LV
- 22 LV stap iets opzij
- 23 RV kruis over LV
- 24 LV stap opzij **na** ⅙ draai Re

Sailor Step, ¼ Turn-Coaster Step, Point, ½ Turn-Flick, Run

- 25 RV kruis achter LV
- & LV stap opzij op teen
- 26 RV stap opzij
- 27 LV stap achter **na** ¼ draai Li
- & RV stap naast LV
- 28 LV stap voor
- 29 RV tik teen voor
- 30 RV til hak achter **na** ½ draai Li
- 31 RV stap voor
- 32 LV stap voor

Part B: (2x 15.00 uur)

Step, (Sweep) Weave (2x), Side Mambo Cross, Contra Turn

- 1 RV stap voor
- 2 LV zwaai voor
- 3 LV kruis over RV
- 4 RV stap opzij
- 5 LV kruis achter RV
- 6 RV zwaai achter
- 7 RV kruis achter LV
- 8 LV stap opzij
- 9 RV kruis over LV
- 10 rust
- 11 LV stap en wieg opzij
- 12 RV wieg terug
- 13 LV kruis over RV
- 14 rust
- 15 RV stap achter **na** ¼ draai Li
- 16 LV stap opzij **na** ¼ draai Li

Herhaal tel 1 t/m 16

Triangle, Hop

- 33 RV kruis over LV
- 34 LV stap achter
- 35 RV stap opzij
- 36 kleine sprong voor

Tag: (Op zang "Dig Your Heels")

Heel Combination (2x), Running Around With Clap

- 1 RV tik hak voor
- & RV til knie voor
- 2 RV tik hak voor
- & RV stap naast LV
- 3 LV tik hak voor
- & LV tik knie voor
- 4 LV tik hak voor
- & LV stap naast RV
- 5 RV stap voor **na** ⅙ draai Li, klap
- 6 LV stap voor **na** ⅙ draai Li, klap
- 7 RV stap voor **na** ⅙ draai Li, klap
- 8 LV stap voor **na** ⅙ draai Li, klap

Jazz Box Cross, Dwight Swivel

- 9 RV kruis over LV
 - 10 LV stap achter
 - 11 RV stap opzij
 - 12 LV kruis over RV
 - 13 LV draai hakken Re, RV tik teen naast LV
 - 14 LV draai tenen Re, RV tik hak schuin voor
 - 15 LV draai hakken Re, RV tik teen naast LV
 - 16 LV draai tenen Re, RV tik hak schuin voor
- (Bij de 2e Tag herhaal tel 13 t/m 16)

1 Begin opnieuw

Muziek : The McClymonts
Titel : Here's To You & I
BPM : 124 tellen/min
Intro : 16 tellen
Niveau : 2
Chor. : Maddison Glover
Ned. Bew. : Frank Loogman

