

Sweet Sugar & Spice 1

4 muurs lijdans

Back Mambo Side Step, Weave, Hip Bumps, Coaster Step

- 1 RV stap en wieg gekruist achter LV
- & LV wieg terug
- 2 RV stap opzij
- 3 LV kruis achter RV
- & RV stap opzij
- 4 LV kruis over RV
- 5 RV stap voor en opzij en duw heupen Re
- & duw heupen Li
- 6 duw heupen Re
- 7 RV stap achter
- & LV stap naast RV
- 8 RV stap voor

¼ Pivot Cross, Rumba, Side Step, ¼ Turn, Cross Chasse

- 9 LV stap voor
- & draai ¼ Re
- 10 LV kruis over RV
- 11 RV stap opzij
- & LV stap naast RV
- 12 RV stap voor
- 13 LV stap opzij, RV sleep bij
- 14 RV stap opzij **na** ¼ draai Re, LV sleep bij
- 15 LV kruis over RV
- & RV stap Re opzij, blijf gekruist
- 16 LV stap Re opzij, blijf gekruist

Heel Grind ¼ Turn, Coaster Step, Paddle Turn, Vaudeville

- 17 RV kruis over LV, draai tenen van Li naar Re
- 18 LV stap achter **na** ¼ draai Re
- 19 RV stap achter
- & LV stap naast RV
- 20 RV stap voor
- 21 LV tik teen opzij **na** ¼ draai Re
- 22 LV tik teen opzij **na** ¼ draai Re
- 23 LV kruis over RV
- & RV stap iets achter en opzij
- 24 LV zet hak schuin voor

Vaudeville (2x), Ball Mambo Step, Coaster Step

- & LV stap naast RV
- 25 RV kruis over LV
- & LV stap iets achter en opzij
- 26 RV zet hak schuin voor
- & RV stap naast LV
- 27 LV kruis over RV
- & RV stap iets achter en opzij
- 28 LV zet hak schuin voor
- & LV stap naast RV
- 29 RV stap en wieg voor
- & LV wieg terug
- 30 RV stap achter
- 31 LV stap achter
- & RV stap naast LV
- 32 LV stap voor

Side Step, Back Rock Side Step, Back Rock into Toe Touches, Ball Touch, Knee Pop

- 33 RV stap opzij
- 34 LV stap en wieg achter
- & RV wieg terug
- 35 LV stap opzij
- 36 RV stap en wieg achter
- & LV wieg terug
- 37 RV tik teen opzij
- & RV stap naast LV
- 38 LV tik teen opzij
- & LV stap naast RV
- 39 RV tik teen voor
- & til hakken op en buig knieën
- 40 duw hakken neer

Shuffle, Pivot Step, ½ Turn, ¼ Turn-Side Step, Cross, Side Mambo Cross

- 41 RV stap iets voor
- & LV trek bij
- 42 RV stap iets voor
- 43 LV stap voor
- & draai ½ Re
- 44 LV stap voor
- 45 RV stap achter **na** ½ draai Li
- & LV stap opzij **na** ¼ draai Li
- 46 RV kruis over LV
- 47 LV stap en wieg opzij
- & RV wieg terug
- 48 LV kruis over RV

Lock Step Sweep (2x). Sailor Step, Paddle Turn

- 49 RV stap achter
- & LV kruis dicht over RV
- 50 RV stap achter
- & LV zwaai achter
- 51 LV stap achter
- & RV kruis dicht over LV
- 52 LV stap achter
- & RV zwaai achter
- 53 RV kruis achter LV
- & LV stap opzij op teen
- 54 RV stap opzij
- 55 LV tik teen opzij **na** ¼ draai Re
- 56 LV tik teen opzij **na** ¼ draai Re

Weave, Cross Rock ¼, Out, Out, Hip Roll

- 57 LV kruis over RV
- & RV stap opzij
- 58 LV kruis achter RV
- & RV stap opzij
- 59 LV stap en wieg gekruist over RV
- & RV wieg terug
- 60 LV stap voor **na** ¼ draai Li
- 61 RV stap opzij
- 62 LV stap opzij
- 63 draai heupen Re
- 64 draai heupen Re

1 **Begin opnieuw**

Sweet Sugar & Spice 2

Tag 1

Dans na de 1e muur:

Side Step, Side Touch (2x)

- 1 RV stap opzij
- 2 LV tik teen opzij
- 3 LV stap opzij
- 4 RV tik teen opzij

Tag 2:

Dans na de 2e muur:

Side Step, Side Touch (2x), Out, Out, Hip Roll

- 1 RV stap opzij
- 2 LV tik teen opzij
- 3 LV stap opzij
- 4 RV tik teen opzij
- 5 RV stap opzij
- 6 LV stap opzij
- 7 draai heupen Re
- 8 draai heupen Re

Side Step, Side Touch (2x)

- 9 RV stap opzij
- 10 LV tik teen opzij
- 11 LV stap opzij
- 12 RV tik teen opzij

Start na de 3^e muur met tel 33

Muziek : Jennifer Nettles
Titel : Sugar
BPM : 88 tellen/min
Intro : 8 tellen
Niveau : 2
Chor. : Rudy Honing & Wesley F. Wessels
Ned. Bew. : Frank Loogman

