

PRACTICE MAKES PERFECT

4-Wall Linedance

Muziek : One Night At A Time - George Strait

Tempo : 113 bpm

Counts : 64

Choreograaf : Jos Slijpen

Niveau : Novice

VINE RIGHT, ROCK BACK, ROCK FORWARD

- 1 RV stap naar rechts opzij
- 2 LV kruis achter RV
- 3 RV stap naar rechts opzij
- 4 LV tik naast RV
- 5 LV zet achter neer
- 6 Breng gewicht terug op RV
- 7 LV zet voor neer
- 8 Breng gewicht terug op RV

½ TURN PIVOT RIGHT(2x), VINE LEFT

- 9 LV zet voor neer
- 10 LV + RV maak ½ draai rechtsom
- 11 LV zet voor neer
- 12 LV + RV maak ½ draai rechtsom
- 13 LV zet rechts opzij
- 14 RV kruis achter LV
- 15 LV zet rechts opzij
- 16 RV tik naast LV

ROCK BACK, ROCK FORWARD, ½ TURN PIVOT (2x)

- 17 RV zet achter neer
- 18 Breng gewicht terug op LV
- 19 RV zet voor neer
- 20 Breng gewicht terug op LV
- 21 RV zet voor neer
- 22 RV + LV maak ½ draai linksom
- 23 RV zet voor neer
- 24 RV + LV maak ½ draai linksom

2x SAILOR STEP, SHUFFLE, ½ TURN SHUFFLE

- 25 RV kruis achter LV
- & LV zet opzij naar links
- 26 RV zet diagonaal iets voor neer
- 27 LV kruis achter RV
- & RV zet opzij naar rechts
- 28 LV zet diagonaal iets voor neer
- 29&30 Shuffle naar voor met R/L/R
- 31&32 Shuffle naar voor met L/R/L en maak gelijktijdig ½ rechtsom

ROCK-STEP, SHUFFLE FORWARD, ½ TURN SHUFFLE, ROCK STEP

- 33 RV zet achter neer
- 34 Breng gewicht terug op LV
- 35&36 Shuffle naar voor met R/L/R
- 37&38 Shuffle naar voor met L/R/L en maak gelijktijdig een 1/2 draai rechtsom
- 39 RV zet achter neer
- 40 Breng gewicht terug op LV

MONTEREY TURN (2X)

- 41 RV tik rechts opzij aan
- 42 Maak op bal van LV een ½ draai rechtsom en plaats RV naast LV
- 43 LV tik links opzij aan
- 44 LV zet naast RV
- 45 RV tik rechts opzij aan
- 46 Maak op bal van LV een ½ draai rechtsom en plaats RV naast LV
- 47 LV tik links opzij aan
- 48 LV zet naast RV

KICK-BALL-CHANGE 2x, COASTER STEP, KICK-BALL-CHANGE,

- 49 RV kick naar voor
- & RV zet naast LV op bal van voet
- 50 LV stapje op de plaats
- 51 RV kick naar voor
- & RV zet naast LV op bal van voet
- 52 LV stapje op de plaats
- 53 RV zet achter neer
- & LV zet naast RV
- 54 RV zet voor neer
- 55 LV kick naar voor
- & LV zet naast RV op bal van voet
- 56 RV stapje op de plaats

HEEL STRUTS, ¼ TURN JAZZ BOX

- 57 LV tik hak voor aan
- 58 LV zet dan rest van de voet neer
- 59 RV tik hak voor aan
- 60 RV zet dan rest van de voet neer
- 61 LV kruis voor RV en maak ¼ draai rechtsom
- 62 RV zet achter neer
- 63 LV zet naast RV
- 64 RV tik naast LV

- 1 RV begin opnieuw