

Release Me



Choreographie: Dee Musk
Beschreibung: 64 count, 4 wall, intermediate line dance
Musik: Release Me (UK Radio Edit) von Agnes
Hinweis: Der Tanz beginnt nach 64 Takten

Rock forward, full turn r, rock back, kick-ball-step

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 3-4 ½ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links
- 5-6 Schritt nach hinten mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 7&8 Rechten Fuß nach vorn kicken - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach vorn mit links

Step, pivot ¼ l, crossing shuffle, ¼ turn r, ¼ turn r, shuffle forward

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts - ¼ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (9 Uhr)
- 3&4 Rechten Fuß weit über linken kreuzen - Linken Fuß etwas an rechten herangleiten lassen und rechten Fuß weit über linken kreuzen
- 5-6 ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links - ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach rechts mit rechts (3 Uhr)
- 7&8 Cha Cha nach vorn (1 - r - l)

(Restart: In der 2. Runde - Richtung 6 Uhr - hier abbrechen und von vorn beginnen)

(Restart: In der 5. Runde - Richtung 3 Uhr - hier abbrechen und von vorn beginnen)

Step, pivot ¼ l, cross, side, behind-side-cross, side rock

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts - ¼ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (12 Uhr)
- 3-4 Rechten Fuß über linken kreuzen - Schritt nach links mit links
- 5&6 Rechten Fuß hinter linken kreuzen - Schritt nach links mit links und rechten Fuß über linken kreuzen
- 7-8 Schritt nach links mit links, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß

Behind-side-cross, Monterey turn with cross, back-side-cross

- 1&2 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts und linken Fuß über rechten kreuzen
- 3-4 Rechte Fußspitze rechts auftippen - ½ Drehung rechts herum und rechten Fuß an linken heransetzen (6 Uhr)
- 5-6 Linke Fußspitze links auftippen - Linken Fuß über rechten kreuzen
- 7&8 Schritt nach hinten mit rechts - Schritt nach links mit links und rechten Fuß über linken kreuzen

Chassé l, rock back, kick-ball-cross, stomp side, hold

- 1&2 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links
- 3-4 Rechten Fuß hinter linken kreuzen, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 5&6 Rechten Fuß nach schräg rechts vorn kicken - Rechten Fuß an linken heransetzen und linken Fuß über rechten kreuzen
- 7-8 Rechten Fuß rechts aufstampfen - Halten

Sailor shuffle turning $\frac{1}{4}$ l, walk 2, sailor cross turning $\frac{1}{2}$ r, side rock

- 1&2 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - $\frac{1}{4}$ Drehung links herum, Schritt nach rechts mit rechts und Schritt nach links mit links (3 Uhr)
- 3-4 2 Schritte nach vorn (r - l)
- 5&6 Rechten Fuß hinter linken kreuzen - $\frac{1}{4}$ Drehung rechts herum und Schritt nach links mit links sowie $\frac{1}{4}$ Drehung rechts herum und rechten Fuß über linken kreuzen (9 Uhr)
- 7-8 Schritt nach links mit links, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß

Kick-ball-cross, side l + r, touch-side-cross

- 1&2 Linken Fuß nach schräg links vorn kicken - Linken Fuß an rechten heransetzen und rechten Fuß über linken kreuzen
- 3 Schritt nach links mit links
- 4&5 Rechten Fuß nach schräg rechts vorn kicken - Rechten Fuß an linken heransetzen und linken Fuß über rechten kreuzen
- 6 Schritt nach rechts mit rechts
- 7&8 Linken Fuß neben rechtem auftippen - Schritt nach links mit links und rechten Fuß über linken kreuzen

Back, side, locking shuffle forward, step, pivot $\frac{1}{2}$ l, kick-ball-step

- 1-2 Schritt nach hinten mit links - Schritt nach rechts mit rechts
- 3&4 Cha Cha nach vorn, dabei bei & den rechten Fuß hinter den linken einkreuzen (l - r - l)
- 5-6 Schritt nach vorn mit rechts - $\frac{1}{2}$ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (3 Uhr)
- 7&8 Rechten Fuß nach vorn kicken - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach vorn mit links

Wiederholung bis zum Ende