Up

64 Count / 2 Wall / Intermediate

Choreographie: Alison Biggs & Peter Metelnick

Musik: Up by Olly Murs

Intro: 16 Counts.

[1-8] R fwd, L & R sailor steps travelling forward, L fwd rock/recover, ½ L & L fwd

1 RF Schritt leicht schräg rechts vorwärts
2 + 3 LF hinter dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF Schritt leicht schräg links vorwärts
4 + 5 RF hinter dem LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF Schritt leicht schräg rechts vorwärts
6, 7 LF Schritt vorwärts (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
8 ½ Linksdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts

[9-16] ½ L & R back, L back, R coaster step, L fwd, R heel-together-touch, L heel-together

1, 2 ½ Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück und LF Schritt zurück 12.00
3 + 4 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
5 LF Schritt vorwärts
6 + 7 Rechte Ferse vorne auftippen, RF neben LF absetzen, LF neben RF auftippen
8 + Linke Ferse vorne auftippen und LF neben RF absetzen

[17-24] R touch, R kick, R together, L & R toe switches, R sailor step, L behind-side-cross

1, 2 RF neben LF auftippen und RF nach vorne kicken
+ 3 RF neben LF absetzen und linke Fußspitze links auftippen
+ 4 LF neben RF absetzen und rechte Fußspitze rechts auftippen
5 + 6 RF hinter dem LF kreuzen, LF Schritt nach links (RF etwas anheben), Gewicht zurück auf RF
7 + 8 LF hinter dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF vor dem RF kreuzen

[25-32] R side, hold, L ball step 2x, L cross rock/recover, ¼ L shuffle

1, 2 RF Schritt nach rechts und Halten
+ 3 LF neben RF absetzen und RF Schritt nach rechts
+ 4 LF neben RF absetzen und RF Schritt nach rechts
5, 6 LF vor dem RF kreuzen (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
7 + 8 ¼ Linksdrehung & LF Schritt vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts 9.00

[33-40] L full turn fwd, R fwd shuffle, L fwd rock/recover, R back, R fwd, ¼ R pivot turn

1, 2 ½ Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück und ½ Linksdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts
3 + 4 RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
5, 6 + LF Schritt vorwärts (rechte Ferse anheben), Gewicht zurück auf RF, LF neben RF absetzen
7, 8 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
. Option
1, 2 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts

[41-48] R jazz box ball cross side, ¼ L coaster step, L full turn fwd

1, 2 RF vor dem LF kreuzen und LF Schritt zurück
+ 3, 4 RF Schritt nach rechts, LF vor dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts
5 + 6 ¼ Linksdrehung & LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts
7, 8 ½ Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück und ½ Linksdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts
. Option
7, 8 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts

[49-56] R fwd, ¼ L pivot turn, R cross shuffle, ½ R hinge turn, L cross shuffle

1, 2 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF) 12.00
3 + 4 RF weit über dem LF kreuzen, LF etwas zum RF heransetzen, RF weiter über dem LF kreuzen
5, 6 ¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück und ¼ Rechtsdrehung & RF Schritt nach rechts 6.00
7 + 8 LF weit über dem RF kreuzen, RF etwas zum LF heransetzen, LF weiter über dem RF kreuzen

[57-64] R side rock/recover, R together, L side rock/recover, L fwd & side touches, L coaster step

1, 2 + RF Schritt nach rechts (linke Ferse anheben), Gewicht zurück auf LF, RF neben LF absetzen
3, 4 LF Schritt nach links (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
5, 6 Linke Fußspitze vorne auftippen und linke Fußspitze links auftippen
7 + 8 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

Tanz beginnt wieder von vorne

Brücke: Am Ende des 1. und 3. Durchgangs tanze zusätzlich die letzte Sektion noch 1 x

Brücke: Am Ende des 2. Durchgangs tanze zusätzlich
Rocking Chair

1, 2 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
3, 4 RF Schritt zurück (linke Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf LF

Finish: Am Ende des 6. Durchgangs tanze noch

1 RF Schritt vorwärts (strecke die Arme nach oben und schaue nach oben)