

Hands On My Heart



Beschreibung:	64 counts / 4-wall	Choreographie: Vivienne Scott
Level:	Beginner / Intermediate	
Musik:	Don't Take Your Hands Off My Heart - Dawn Sears	
Hinweis:		

Right Cross Rock – Side Shuffle – Left Cross Rock – Side Shuffle

- 1 – 2 RF vor LF kreuzen (linke Ferse anheben) – Gewicht zurück auf LF
- 3 & 4 RF Schritt nach rechts & LF neben RF absetzen – RF Schritt nach rechts
- 5 – 6 LF vor RF kreuzen (rechte Ferse anheben) – Gewicht zurück auf RF
- 7 & 8 LF Schritt nach links & RF neben LF absetzen – LF Schritt nach links

Rock Step – ½ Shuffle Turn – Step ½ Turn – Shuffle forward

- 1 – 2 RF Schritt nach vorn (linke Ferse anheben) – Gewicht zurück auf LF
- 3 & 4 ¼ Rechtsdrehung auf LF dabei RF zur Seite setzen & LF an RF heransetzen –
4 ¼ Rechtsdrehung auf LF dabei RF Schritt nach vorn
- 5 – 6 LF Schritt vorwärts – ½ Rechtsdrehung auf den Fußballen (Gewicht auf RF)
- 7 & 8 LF Schritt vorwärts & RF an LF heran setzen – LF Schritt vorwärts

Restart in der 4. Runde: Beginne den Tanz hier von vorn

Rock Step – ¼ Shuffle Turn – Weave right

- 1 – 2 RF Schritt nach vorn (linke Ferse anheben) – Gewicht zurück auf LF
- 3 & 4 ¼ Rechtsdrehung dabei RF Schritt nach rechts & LF an RF heran setzen – RF Schritt nach rechts
- 5 – 6 LF vor dem RF kreuzen – RF Schritt nach rechts
- 7 – 8 LF hinter dem RF kreuzen – RF Schritt nach rechts

Left Cross Rock – ¼ Shuffle Turn – Step ½ Turn – Step ½ Turn

- 1 – 2 LF vor RF kreuzen (rechte Ferse anheben) – Gewicht zurück auf RF
- 3 & 4 ¼ Linksdrehung dabei LF Schritt nach vorn & RF an LF heran setzen – LF Schritt nach vorn
- 5 – 6 RF Schritt nach vorn – ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht auf LF)
- 7 – 8 RF Schritt nach vorn – ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht auf LF)

Option count 5 – 8: Rocking Chair

- 3 – 4 RF Schritt nach vorn (linke Ferse leicht anheben) – Gewicht zurück auf LF
- 5 – 6 RF Schritt nach hinten (linken Fuß leicht anheben) – Gewicht nach vorn auf LF

Shuffle forward – Step ½ Turn – Step ½ Turn – Shuffle forward

- 1 & 2 RF Schritt nach vorn & LF an RF heran setzen – RF Schritt nach vorn
- 3 – 4 LF Schritt nach vorn – ½ Rechtsdrehung auf den Fußballen (Gewicht auf RF)
- 5 – 6 LF Schritt nach vorn – ½ Rechtsdrehung auf den Fußballen (Gewicht auf RF)
- 7 & 8 LF Schritt nach vorn & RF an LF heran setzen – LF Schritt nach vorn

Option count 3 – 6: Rocking Chair

- 3 – 4 LF Schritt nach vorn (rechte Ferse leicht anheben) – Gewicht zurück auf RF
- 5 – 6 LF Schritt nach hinten (rechten Fuß leicht anheben) – Gewicht nach vorn auf RF

Rock Step – Side Rock – Back Rock – Sways

- 1 – 2 RF Schritt nach vorn (linke Ferse anheben) – Gewicht zurück auf LF
- 3 – 4 RF Schritt nach rechts (linke Ferse anheben) – Gewicht zurück auf LF
- 5 – 6 RF Schritt nach hinten (linke Ferse leicht anheben) – Gewicht nach vorn auf LF
- 7 – 8 RF Schritt nach rechts dabei Hüften nach rechts schwingen – Hüften nach links schwingen

Side Step – Hold – Back Rock – Step Turns – Shuffle forward

- 1 – 2 RF Schritt nach rechts – Halten
- 3 – 4 LF Schritt zurück (rechte Ferse anheben) – Gewicht nach vorn auf RF
- 5 – 6 $\frac{1}{4}$ Rechtsdrehung auf RF dabei LF Schritt nach links – $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung dabei RF Schritt vorwärts
- 7 & 8 LF Schritt nach vorn & RF an LF heran setzen – LF Schritt nach vorn

Right diagonal Step Lock, Step Brush – Left diagonal Step Lock Step Brush

- 1 – 2 RF Schritt nach schräg rechts vorn – LF hinter RF einkreuzen
- 3 – 4 RF Schritt nach schräg rechts vorn – LF Bodenstreifer nach vorn
- 5 – 6 LF Schritt nach schräg links vorn – RF hinter LF einkreuzen
- 7 – 8 LF Schritt nach schräg links vorn – RF Bodenstreifer nach vorn

Wiederholung bis zum Ende der Musik – und immer schön lächeln