

# On A Monday



Beschreibung:	40 count, 2 wall	Choreographie:	Juanita Henson
Level:	Improver		
Musik:	On a Monday - Will Banister		
Hinweis:	Restarts: Im 3. und des 9. Durchgang nach dem 4. Block (count 32)		

## Step – Lock – Step – Hold (R + L )

- 1 – 2 RF Schritt nach vorn – LF gekreuzt hinter RF heran setzen
- 3 – 4 RF Schritt nach vorn – Halten
- 5 – 6 LF Schritt nach vorn – RF gekreuzt hinter LF heran setzen
- 7 – 8 LF Schritt nach vorn – Halten

## Pivot ¼ L – Cross – Hold – R Hinge Turn Cross

- 1 – 2 RF Schritt nach vorn – ¼ Linksdrehung auf beiden Füßen, Gewicht danach auf LF (9:00 Uhr)
- 3 – 4 RF gekreuzt vor LF absetzen – Halten
- 5 – 6 ¼ Rechtsdrehung, dabei LF Schritt nach hinten – ¼ Rechtsdrehung, dabei RF Schritt nach R
- 7 – 8 LF gekreuzt über RF absetzen - Halten

## Step forward (diagonal) – Touch – Back – Kick – Coaster ¼ Turn R – Hold

- 1 – 2 RF Schritt nach schräg R vorn – LF neben RF auftippen
- 3 – 4 LF Schritt nach schräg L hinten – RF nach vorn kicken
- 5 – 6 RF Schritt nach hinten – LF neben RF absetzen
- 7 – 8 RF Schritt nach vorn – Halten

## Step forward (diagonal) – Touch – Back – Kick – Coaster ¼ Turn R – Hold

- 1 – 2 LF Schritt nach schräg L vorn – RF neben LF auftippen
- 3 – 4 RF Schritt nach schräg R hinten – LF nach vorn kicken
- 5 – 6 LF Schritt nach hinten – ¼ Rechtsdrehung, dabei RF Schritt nach R absetzen
- 7 – 8 LF Schritt nach vorn – Halten

**Restart:** Am Ende des 3. und 9. Durchgangs (jeweils 6:00 Uhr)

Tanz hier abbrechen und wieder von vorn beginnen

## Prissy Walks (2x) – Whole Turn L – ½ Turn L – ½ Turn L – Coaster Step

- 1 – 2 RF Schritt nach vorn, gekreuzt über LF absetzen – LF Schritt nach vorn, gekreuzt über RF absetzen
- 3 & 4 RF Schritt nach vorn & ½ Linksdrehung, dabei LF Schritt nach vorn – ½ Linksdrehung, dabei RF schritt nach hinten
- 5 – 6 ½ Linksdrehung, dabei LF Schritt nach vorn – ½ Linksdrehung, dabei RF Schritt nach hinten
- 7 & 8 LF Schritt nach hinten & RF neben LF absetzen – LF Schritt nach vorn

**Alternative für Count 5 – 6 (Walk back 2x):**

- 5 – 6 LF Schritt nach hinten – RF Schritt nach hinten

**Wiederholung bis zum Ende der Musik – und immer schön lächeln**