



M&B Swing

Type Dans : Four Wall Line Dance

Tellen : 64

Choreografie : Rob Fowler

Muziek : " Sick & Tired " van Boz Scaggs

Chasse Right, Rock Step, Chasse Left, Rock Step

- 1&2 RV stap rechts opzij & LV stap naast RV,
RV stap rechts opzij
- 3-4 LV rock achter, RV step voor (gewicht op RV)
- 5&6 LV stap links opzij & RV stap naast LV, LV
stap links opzij
- 7-8 RV rock achter, LV step voor (gewicht op LV)

Forward Shuffles, Rock Step, Triple Step 1/2 Turn Right

- 9&10 RV stap voor & LV zet bij RV, RV stap voor
- 11&12 LV stap voor & RV zet bij LV, LV stap voor
- 13-14 RV rock voor, LV step achter (gewicht op LV)
- 15&16 triple step 1/2 draai rechtsom
stappen Rechts-Links-Rechts

Forward Shuffles, Rock Step, Triple Step 3/4 Turn Left

- 17&18 LV stap voor & RV zet bij LV, LV stap voor
- 19&20 RV stap voor & LV zet bij RV, RV stap voor
- 21-22 LV rock voor, RV step achter (gewicht op RV)
- 23&24 triple step 3/4 linksom
stappen Links-Rechts-Links

Heel Switches Completing 1/2 Turn Left

- 25& RV tik hiel voor & RV stap naast LV
- 26& LV tik hiel voor & LV stap naast RV
- 27& RV tik hiel voor & RV stap naast LV
- 28& LV tik hiel voor & LV stap naast RV
- 29-32& Herhaal 25 tot 28&
tijdens de stappen 25-32& maak een 1/2 draai
linksom

Stomps With Holds & 1/2 Pivot Turn Twice

- 33-34 RV stamp voor, rust
- 35-36 RV+LV draai 1/2 linksom, rust
- 37-38 RV stamp voor, rust
- 39-40 RV+LV draai 1/2 linksom, rust

Step 1/2 Pivot Twice, Rock Step, Coaster Step

- 41-42 RV stap voor, RV+LV 1/2 draai linksom
- 43-44 RV stap voor, RV+LV 1/2 draai linksom
- 45-46 RV rock voor, LV step achter (gewicht op LV)
- 47&48 RV stap achter, LV stap naast RV, RV stap
voor

Stomps With Holds & 1/2 Pivot Turn Twice

- 49-50 LV stamp voor, rust
- 51-52 RV+LV 1/2 draai rechtsom, rust
- 53-54 LV stamp voor, rust
- 55-56 RV+LV 1/2 draai rechtsom, rust

Step 1/2 Pivot Twice, Rock Step, Coaster Step

- 57-58 LV stap voor, RV+LV 1/2 draai rechtsom
- 59-60 LV stap voor, RV+LV 1/2 draai rechtsom
- 61-62 LV rock voor, RV step achter (gewicht op RV)
- 63&64 LV stap achter & RV stap naast LV, LV stap
voor

- 1 RV begin opnieuw