

Mind Up

Choreograaf : José Miguel Belloque Vane & JP Madge
Type dans : Four wall line dance
Niveau : Advanced
Tellen : 48
Muziek : "Hands Up" Merk & Kremont ft DNCE
Intro : 8 tellen



CROSS, KICK, JAZZ BOX, BIG STEP, TOGETHER, KICK-BALL-STEP

1 RV kruis voor
2 LV kick opzij, *L arm opzij -R omhoog*
3 LV kruis voor
& RV stap achter
4 LV stap opzij
& RV stapje voor
5 LV grote stap voor, *R hand onder kin*
6 RV sluit, *duw met hand hoofd omhoog*
7 LV kick voor
& LV sluit
8 RV stap voor

HEEL HEEL, POSE, COASTER STEP, STEP LOCK STEP STEP LOCK STEP KICK BALL

& LV swivel hak 1/4 linksom
1 RV swivel hak 1/2 linksom (6:00)
2 LV sluit, *R arm over L arm en 'poseer voor een foto van gangsters'*
3 RV stap achter
& LV sluit
4 RV stap voor

5 LV stap schuin L voor
& RV lock achter
6 LV stap schuin L voor
& RV stap schuin R voor
7 LV lock achter
& RV stap schuin R voor
8 LV kick voor
& LV sluit

CROSS, KICK, JAZZ BOX, BIG STEP, TOGETHER, KICK-BALL-STEP

1 RV kruis voor
2 LV kick opzij, *L arm opzij -R omhoog*
3 LV kruis voor
& RV stap achter
4 LV stap opzij
& RV stapje voor
5 LV grote stap voor, *R hand onder kin*
6 RV sluit, *duw met hand hoofd omhoog*
7 LV kick voor
& LV sluit
8 RV stap voor

HEEL HEEL, POSE, COASTER STEP, STEP LOCK STEP STEP LOCK STEP KICK BALL

& LV swivel hak 1/4 linksom
1 RV swivel hak 1/2 linksom (6:00)
2 LV sluit, *R arm over L arm en 'poseer voor een foto van gangsters'*
3 RV stap achter
& LV sluit
4 RV stap voor

5 LV stap schuin L voor
& RV lock achter
6 LV stap schuin L voor
& RV stap schuin R voor
7 LV lock achter
& RV stap schuin R voor
8 LV kick voor
& LV sluit ***Restart Punt

SIDE, SAILOR STEP, LOCK 1/4 L, 1/4 L OUT 1/2 L OUT, 3/4 L & CROSS (x3)

1 RV stap opzij
2 LV kruis achter
& RV stap opzij
3 LV stap opzij
& RV 1/4 draai linksom, lock achter
LV hitch
4 LV stap voor

5 RV 1/4 draai linksom, stap opzij
6 LV 1/2 draai linksom, stap opzij
& RV 1/4 draai linksom, op bal vd voet
7 LV kruis voor
& RV 1/4 draai linksom, op bal vd voet
8 LV kruis voor
& RV 1/4 draai linksom, op bal vd voet
1 LV kruis voor

HOLD, & LOCK, OUT-OUT & CROSS, STOMP, HOLD, TOE HEEL HITCH

2 rust
& RV stap opzij
3 LV kruis achter
& RV stap opzij (uit)
4 LV stap opzij (uit)
& RV sluit
5 LV kruis voor
6 RV stamp opzij
7 rust
& RV swivel teen naar binnen
8 RV swivel hak naar binnen
& RV hitch

RESTART: In de 5e muur na tel 32 (12:00)