

Shambala

Choreograaf : Ria Vos
Type dans : Four wall line dance
Niveau : Easy Intermediate
Tellen : 64
Muziek : "Shambala" Dr Victor & The Rasta Rebels
Album : Greatest Hits
Intro : 48 tellen (±23 sec.)



KICK/POINT DIAG FWD, SIDE POINT, 1/4 TURN R, 1/4 TURN R, SAILOR R, SAILOR L

1 RV kick of tik schuin links voor
2 RV tik opzij
3 RV 1/4 draai rechtsom, stap voor
4 LV 1/4 draai rechtsom, stap opzij

5 RV kruis achter
& LV stap opzij
6 RV stap opzij
7 LV kruis achter
& RV stap opzij
8 LV stap opzij

KICK/POINT DIAG FWD, SIDE POINT, 1/4 TURN R, 1/4 TURN R, SAILOR R, SAILOR L 1/4 TURN L

1 RV kick of tik schuin links voor
2 RV tik opzij
3 RV 1/4 draai rechtsom, stap voor
4 LV 1/4 draai rechtsom, stap opzij

5 RV kruis achter
& LV stap opzij
6 RV stap opzij
7 LV kruis achter, 1/4 draai linksom
& RV sluit
8 LV stap voor

STEP, PIVOT 1/2 TURN L SHUFFLE FWD, 1/2 TURN R, 1/4 TURN R, CROSS ROCK

1 RV stap voor
2 1/2 draai linksom
3 RV stap voor
& LV sluit
4 RV stap voor

5 LV 1/2 draai rechtsom, stap achter
6 RV 1/4 draai rechtsom, stap opzij
7 LV rock gekruist voor
8 RV gewicht terug

& TOUCH & BUMP, & HEEL & TOUCH 1/4 TURN L, & HEEL-HOOK-HEEL, & TOUCH & BUMP

& LV stapje schuin links achter
1 RV tik naast
& bump omhoog en opzij R
2 heup terug (gewicht LV)
& RV stapje schuin rechts achter
3 LV tik hak voor
& LV zet neer met 1/4 draai linksom
4 RV tik naast

& RV stapje achter
5 LV tik hak voor
& LV hook gekruist voor
6 LV tik hak voor
& LV stapje schuin links voor
7 RV tik naast
& bump omhoog en opzij R
8 heup terug (gewicht LV)

R STEP & BUMP FWD, STEP PIVOT 1/2 TURN R, L STEP & BUMP FWD, STEP PIVOT 1/4 TURN L

1 RV stap en bump voor
& heup terug
2 RV stap voor
3 LV stap voor
4 1/2 draai rechtsom

5 LV stap en bump voor
& heup terug
2 LV stap voor
3 RV stap voor
4 1/4 draai linksom

CROSS SHUFFLE, 1/2 TURN L CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK, & SIDE ROCK

1 RV kruis voor
& LV stapje opzij
2 RV kruis voor
& 1/2 draai linksom op RV
3 LV kruis voor
& RV stapje opzij
4 LV kruis voor

5 RV rock opzij
6 LV gewicht terug
& RV sluit
7 LV rock opzij
8 RV gewicht terug

L STEP & BUMP FWD, STEP PIVOT 1/2 TURN L, R STEP & BUMP FWD, STEP PIVOT 1/4 TURN R

1 LV stap en bump voor
& heup terug
2 LV stap voor
3 RV stap voor
4 1/2 draai linksom

5 RV stap en bump voor
& heup terug
2 RV stap voor
3 LV stap voor
4 1/4 draai rechtsom

CROSS SHUFFLE, 1/2 TURN R CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK, & SIDE ROCK

1 LV kruis voor
& RV stapje opzij
2 LV kruis voor
& 1/2 draai rechtsom op LV
3 RV kruis voor
& LV stapje opzij
4 RV kruis voor

5 LV rock opzij
6 RV gewicht terug
& LV sluit
7 RV rock opzij
8 LV gewicht terug

RESTART: In de 2e muur na tel 32 (6:00)