

Cap It!

(4 wall line dance)

Choreograaf: Kate Sala (Januari 2004)

Tellen: 32 tellen

Niveau: Intermediate / Advanced

Muziek: Chayanne – Caprichosa (Spanglish version) (112 BPM) Intro van 32 tellen

Ricky Martin – Amor (127 BPM) Intro van 16 tellen – Begin op het woord “Amor”

Shania Twain – Whatever you do, don't (125 BPM) Intro van 40 tellen

Step, Hold, Lock Step, Step Pivot 1/2 Turn, Ronde, Sailor Step.

1- 2 RV stap voor, rust

&3 LV lock achter RV, RV stap voor

4- 5 LV stap voor, pivot turn ½ draai rechtsom (gewicht op LV)

6 RV zwaai naar opzij tot achter LV

7&8 RV stap gekruist achter LV, LV stap links opzij, RV stap iets voor

Step, Touch, Flick, Cross, Touch, Coaster Step, Step 1/2 Pivot Left.

&9-10 LV stap naast RV, RV tik rechts opzij, RV flick naar achter

11- 12 RV stap gekruist voor LV, LV tik links opzij

13&14 LV stap achter, RV stap naast LV, LV stap voor

15- 16 RV stap voor, pivot turn ½ draai linksom

Full Turn Left, Kick Ball Step, Kick & Touch, Step Touch, Pivot 1/4 Turn.

17- 18 RV stap achter met ½ draai linksom, LV stap voor met ½ draai linksom

(Optie: RV stap voor, LV stap voor)

19&20 RV schop voor, RV stap naast LV, LV stap voor

21&22 RV schop voor, RV stap naast LV, LV tik links opzij

&23-24 LV stap naast RV, RV tik opzij, pivot ¼ draai r-om met gewicht op LV en R-teen op de plaats

Ball, Step, Step, Side Rock & Cross x2, Step 1/2 Pivot Right.

&25-26 RV stap op bal van de voet op de plaats, LV stap voor, RV stap voor

27&28 LV rock links opzij, rock terug op RV, LV stap gekruist voor RV

29&30 RV rock rechts opzij, rock terug op LV, RV stap gekruist voor LV

31- 32 LV stap voor, pivot turn ½ draai rechtsom (gewicht op LV)

Herhaal alles

Tag : Word gedanst na de eerste en derde muur

Side Rock & Cross, 1/4 Turn, 1/4 Turn, Cross, Side, Behind, Side Cross.

1&2 RV rock rechts opzij, rock terug op LV, RV stap gekruist voor LV

3- 4 LV stap achter met ¼ draai rechtsom, RV stap rechts opzij met ¼ draai rechtsom

5- 6 LV stap gekruist voor RV, RV stap rechts opzij

7&8 LV stap gekruist achter RV, RV stap rechts opzij, LV stap gekruist voor RV

Side Rock & Cross, 1/4 Turn, 1/4 Turn, Cross, Side, Behind, Side Cross.

9&10 RV rock rechts opzij, rock terug op LV, RV stap gekruist voor LV

11- 12 LV stap achter met ¼ draai rechtsom, RV stap rechts opzij met ¼ draai rechtsom

13- 14 LV stap gekruist voor RV, RV stap rechts opzij

15&16 LV stap gekruist achter RV, RV stap rechts opzij, LV stap gekruist voor RV

Step, Swivel Heels.

1&2 RV stap voor, RV+LV swivel hakken naar rechts, swivel hakken terug naar het midden