

Follow Your Heart

(4 wall line dance)

Choreograaf: Peter Metelnick & Alison Biggs (Januari 2003)

Tellen: 64 tellen

Niveau: Intermediate

Muziek: One true voice – Sacred trust

Begin 32 tellen in de zang als beat begint

L forward syncopated rock & recover, ¼ R heel grind, R back coaster step, L forward, ½ R pivot turn, L forward syncopated rock & recover, ¼ R heel grind, R back coaster step, ¼ R pivot turn

- 1- 2 LV rock voor, rock terug op RV
&3- 4 LV stap naast RV, RV tik hak voor, RV draai hak op de vloer met ¼ draai rechtsom (gewicht op LV)
5&6 RV stap achter, LV stap naast RV, RV stap voor
7- 8 LV stap voor, pivot turn ½ draai rechtsom
9- 10 LV rock voor, rock terug op RV
&11-12 LV stap naast RV, RV tik hak voor, RV draai hak op de vloer met ¼ draai rechtsom (gewicht op LV)
13&14 RV stap achter, LV stap naast RV, RV stap voor
15- 16 LV stap voor, pivot ¼ draai rechtsom

L cross shuffle, R side rock & recover, R cross over, L back, R rock back & recover, ½ L, L together, syncopated heel touch & forward step, ½ R, R together, syncopated heel touch & forward step

- 17&18 LV stap gekruist voor RV, RV stap rechts opzij, LV stap gekruist voor RV
19- 20 RV rock rechts opzij, rock terug op LV
21- 24 RV stap gekruist voor LV, LV stap achter, RV rock achter, rock terug op LV
25- 26 RV stap achter met ½ draai linksom, LV stap naast RV
&27&28 RV stap achter, LV tik hak voor, LV stap naast RV, RV stap voor
29- 30 LV stap achter met ½ draai rechtsom, RV stap naast LV
&31&32 LV stap achter, RV tik hak voor, RV stap naast LV, LV stap voor

R forward rock & recover, R back coaster step, L rock forward, ¼ L recover, L side touch, L flick, L sailor step, syncopated L weave, L side, R touch together, ½ R, L touch together

- 33- 34 RV rock voor, rock terug op LV
35&36 RV stap achter, LV stap naast RV, RV stap voor
37- 40 LV rock voor, rock terug op RV met ¼ draai linksom, LV tik teen links opzij, LV flick diagonaal links opzij
41&42 LV stap gekruist achter RV, RV stap rechts opzij, LV stap op de plaats
43&44 RV stap gekruist achter LV, LV stap links opzij, RV stap gekruist voor LV
45- 48 LV stap links opzij, RV tik aan naast LV, RV stap rechts opzij met ½ draai rechtsom, LV tik aan naast RV

L syncopated vine, R & L syncopated side touches, R forward rock & recover, ¼ R touch, R flick, R & L sailor steps, ½ L, L touch together

- 49- 50 LV stap links opzij, RV stap gekruist achter LV
&51- 52 LV stap links opzij, RV stap gekruist voor LV, LV stap links opzij
53&54& RV tik teen rechts opzij, RV stap naast LV, LV tik teen links opzij, LV stap naast RV
55- 56 RV rock voor, rock terug op LV
57- 58 Maak ¼ draai rechtsom en RV tik teen rechts opzij, RV flick diagonaal rechts opzij
59&60 RV stap gekruist achter LV, LV stap links opzij, RV stap op de plaats
61&62 LV stap gekruist achter RV, RV stap rechts opzij, LV stap op de plaats
63- 64 RV stap achter met ½ draai linksom, LV tik aan naast RV

TAG: Dans 12 tellen na de tweede muur, dans de eerste 8 tellen na de vierde muur

Shuffle, step, ½ pivot turn, ¼ turn left, ¼ turn left, back, back rock, recover, heel switces, claps

- 1&2 LV shuffle naar voor (links, rechts, links)
3- 4 RV stap voor, pivot turn ½ draai linksom
5&6 RV stap voor met ¼ draai linksom, LV stap achter met ¼ draai linksom, RV stap achter
7- 8 LV rock achter, rock terug op RV
9&10 LV tik hak voor, LV stap naast RV, RV tik hak voor
&11&12 RV stap naast LV, LV tik hak voor, klap in de handen, klap in de handen

De dans eindigt op tel 56 – doe na deze tel het volgende: RV tik rechts opzij