

Hangin' Tough

(2 wall line dance) phrased

Choreograaf: Anita Ludlow

Muziek: Life or love – Alan Jackson

Volgorde: AB, AB (plus nog een keer de tellen 15-22 en de laatste 4 tellen van sectie A)

Eindig de dans met AA

PART A

SWITCH HEELS, SWIVELS, ¼ TURN MAMBO CROSS

- 1 RV hiel voor
- &2 RV stap naast LV, LV hiel voor
- &3 LV stap naast RV, RV klein stapje vooruit (gewicht op beide voeten)
- &4 RV+LV hielen naar rechts, RV+LV hielen weer terug
- 5- 6 RV+LV hielen naar rechts, RV+LV hielen weer terug
- 7&8 RV rock rechts opzij, rock terug op LV met ¼ draai naar links, RV stap gekruist voor LV

MAMBO CROSS, ROCK FORWARD, ½ TURN TRIPLE, FULL TURN TRIPLE

- 1&2 LV rock links opzij, rock terug op RV, LV stap gekruist voor RV
- 3- 4 RV rock voor, rock terug op LV
- 5&6 RV triple step met ½ draai naar rechts (rechts, links, rechts)
- 7&8 LV triple step met ½ draai naar rechts (links, rechts, links)

MAMBO FORWARD, 2 X LOCK SHUFFLES BACK, MAMBO BACK

- 1&2 RV rock voor, rock terug op LV, RV stap achter
- 3&4 LV stap achter, RV stap gekruist voor LV, LV stap achter
- 5&6 RV stap achter, LV stap gekruist voor RV, RV stap achter
- 7&8 LV rock achter, rock terug op RV, LV stap voor

SWITCH HEELS & STEP SLIDE, CHASSE LEFT, SAILOR SHUFFLE

- 1 RV hiel voor
- &2 RV stap naast LV, LV hiel voor
- &3 LV stap naast RV, RV grote stap naar rechts
- 4 LV sleep naast RV en tik aan
- 5&6 LV stap links opzij, RV stap naast LV, LV stap links opzij
- 7&8 RV zwaai achter LV, LV stap op de plaats, RV stap naast LV

SAILOR SHUFFLE, BEHIND UNWIND, CROSSING SHUFFLE, MAMBO WITH ¼ TURN

- 1&2 LV zwaai achter RV, RV stap op de plaats, LV stap naast RV
- 3- 4 RV zwaai achter LV en swivel op bal van LV ½ draai naar rechts (gewicht is nu op RV)
- 5&6 LV stap gekruist voor RV, RV stap rechts opzij, LV stap gekruist voor RV (cross shuffle)
- 7&8 RV rock rechts opzij, rock terug op LV met ¼ draai naar links, RV stap naast LV

HALF PIVOT TURN, HALF TRIPLE TURN, STEP OUT/OUT IN/IN, TAP HEELS TWICE

- 1- 2 LV stap voor, RV stap met ½ draai naar rechts
- 3&4 LV triple step met ½ draai naar rechts (links, rechts, links)
- &5 RV klein stapje naar rechts, LV klein stapje naar links
- &6 RV stap weer terug, LV stap naast RV
- 7- 8 RV+LV tik hielen op de vloer, RV+LV tik hielen op de vloer

PART B

LUNGE ROCK WITH TWO JAB PUNCHES TWICE

- 1- 2 RV rock rechts opzij, breng gewicht terug naar het midden en RV stap naast LV
- 3- 4 stomp met R-vuist 2 maal naar voor
- 5- 6 RV rock rechts opzij, breng gewicht terug naar het midden en RV stap naast LV
- 7- 8 stomp met R-vuist 2 maal naar voor

STEP FORWARD RIGHT, LEFT, SHUFFLE FORWARD RIGHT & LEFT, SYNCOPATED PIVOTS

- 9- 10 RV stap voor, LV stap voor
- 11&12 RV shuffle naar voor (rechts, links, rechts)
- 13&14 RV stap voor, maak ½ draai naar links en stap op LV, RV stap voor
- 15&16& RV swivel op bal van de voet en maak ½ draai naar links met L-been naar voor omhoog getild
Tel hierbij 15& 16& en deze pivots worden herhaald als Part B voor de tweede keer gedanst wordt

COASTER STEP, SHUFFLE FORWARD RIGHT & LEFT

- 17&18 LV stap achter, RV stap naast LV, LV stap voor
- 19&20 RV shuffle naar voor (rechts, links, rechts)
- 21&22 LV shuffle naar voor (links, rechts, links)