

## I'm In Chains

( 2 wall line dance )

Choreograaf: Irene Groundwater (Juni 2003) (Workshop DCWDA – 30 Augustus 2008)

Tellen: 32 tellen

Niveau: Beginner

Muziek: Jenai – Lyin' to my heart (Album: Cool me down)

Tempo: 124 BPM

### **FORWARD, TOGETHER, FORWARD, HEEL, FORWARD, TOGETHER, FORWARD, HEEL**

1- 2 RV stap voor, LV stap naast RV

3- 4 RV stap voor, LV tik hak diagonaal links voor

(Optie: Op tel 4: Kijk naar links en knip vingers aan weerszijden van lichaam op taillehoogte)

5- 6 LV stap voor, RV stap naast LV

7- 8 LV stap voor, RV tik hak diagonaal rechts voor

(Optie: Op tel 8: Kijk naar rechts en knip vingers aan weerszijden van lichaam op taillehoogte)

### **BACK, HEEL, BACK, HEEL, BACK, HEEL, BACK, HEEL**

1- 2 RV stap achter, LV tik hak diagonaal links voor

3- 4 LV stap achter, RV tik hak diagonaal rechts voor

5- 6 RV stap achter, LV tik hak diagonaal links voor

7- 8 LV stap achter, RV tik hak diagonaal rechts voor

(Optie: Tellen 1,3,4 en 7 – Buig knieën ; Tellen 2,4,6 en 8 strek knieën en knip vingers)

(Optie: Tellen 2 en 6 – Kijk naar links en knip vingers aan weerszijden van lichaam op taillehoogte)

(Optie: Tellen 4 en 8 – Kijk naar rechts en knip vingers aan weerszijden van lichaam op taillehoogte)

### **FORWARD, REPLACE, BACK, HEEL, FORWARD, TOGETHER, ¼ TURN LEFT, HEEL**

1- 2 RV rock voor, rock terug op LV

3- 4 RV stap achter, LV tik hak diagonaal links voor

5- 6 LV stap voor, RV stap naast LV

7- 8 LV stap voor met ¼ draai linksom, RV tik hak diagonaal rechts voor

(Optie: Tellen 4 en 8 – Knip vingers aan weerszijden van lichaam op taillehoogte)

### **RIGHT VINE WITH HEEL, SIDE, BEHIND, ¼ TURN LEFT, HEEL**

1- 2 RV stap rechts opzij, LV stap achter RV

3- 4 RV stap rechts opzij, LV tik hak diagonaal links voor

5- 6 LV stap links opzij, RV stap achter LV

7- 8 LV stap links opzij met ¼ draai linksom, RV tik hak diagonaal rechts voor

(Optie: Tel 4 – Kijn naar links en knip vingers aan weerszijden van lichaam op taillehoogte)

(Optie: Tel 8 – Knip vingers aan weerszijden van lichaam op taillehoogte)

### **HERHAAL ALLES**