

Limbo Lady

(1 wall contra dance)

Choreograaf: Rob Fowler

Tellen: 64 tellen

Niveau: Intermediate (contra dance)

Muziek: Limbo lady – Dean brothers

SIDE TOGETHERS SYNCOPATED (LEFT, RIGHT), PADDLE TURNS TO THE RIGHT (X4)

- 1& LV stap links opzij, RV stap naast LV
2& LV stap links opzij, RV stap naast LV
3- 4 LV stap links opzij, RV tik naast LV en klap in de handen (links van lichaam)
(maak een hula hoep beweging tijdens de tellen 1- 4)
5& RV stap rechts opzij, LV stap naast RV
6& RV stap rechts opzij, LV stap naast RV
7- 8 RV stap rechts opzij, LV tik naast RV en klap in de handen (rechts van lichaam)
(maak een hula hoep beweging tijdens de tellen 5- 8)
9- 10 LV stap voor, paddle turn ¼ draai naar rechts
11- 12 LV stap voor, paddle turn ¼ draai naar rechts
13- 14 LV stap voor, paddle turn ¼ draai naar rechts
15- 16 LV stap voor, paddle turn ¼ draai naar rechts
(Rol handen over elkaar voor de borst tijdens deze stappen (denk aan staying alive))

SIDE TOGETHERS (LEFT, RIGHT, LEFT, RIGHT WITH ¼ TO THE LEFT) (2X)

- 17& LV stap links opzij, RV stap naast LV
18& LV stap links opzij, RV stap naast LV
19- 20 LV stap links opzij, RV tik naast LV en klap in de handen (links van lichaam)
(maak een hula hoep beweging tijdens de tellen 17- 20)
21& RV stap rechts opzij, LV stap naast RV
22& RV stap rechts opzij, LV stap naast RV
23- 24 RV stap rechts opzij, LV tik naast RV en klap in de handen (rechts van lichaam)
(maak een hula hoep beweging tijdens de tellen 5- 8)
25& LV stap links opzij, RV stap naast LV
26& LV stap links opzij, RV stap naast LV
27- 28 LV stap links opzij, RV tik naast LV en klap in de handen (links van lichaam)
(maak een hula hoep beweging tijdens de tellen 25- 28)
29& RV stap rechts opzij, LV stap naast RV
30& RV stap rechts opzij, LV stap naast RV
31- 32 RV stap rechts opzij, maak ¼ draai op bal van de voet en LV tik naast RV en klap in de handen
(rechts van het lichaam)
(maak een hula hoep beweging tijdens de tellen 29- 32)

SYNCOPATED JUMPS (WITH ½ TO THE RIGHT, THEN ¼ TO THE LEFT)

- &33 RV spring voor, LV spring voor met voeten iets uit elkaar
&34 RV spring voor, LV spring voor met voeten iets uit elkaar
&35 RV spring voor, LV spring voor met voeten iets uit elkaar
& RV spring voor
36 LV spring met ½ draai naar rechts
&37 RV spring voor, LV spring voor met voeten iets uit elkaar
&38 RV spring voor, LV spring voor met voeten iets uit elkaar
&39 RV spring voor, LV spring voor met voeten iets uit elkaar
& RV spring voor
40 LV spring met ¼ draai naar links

SYNCOPATED JUMPS WITH LIMBO ACTION, PADDLE TURNS TO THE LEFT 2X

- &41 RV spring voor, LV spring voor met voeten iets uit elkaar
&42 RV spring voor, LV spring voor met voeten iets uit elkaar
&43 RV spring voor, LV spring voor met voeten iets uit elkaar
&44 RV spring voor, LV spring voor met voeten iets uit elkaar
45- 46 RV stap voor, paddle turn ¼ draai naar links en rol met de heupen
47- 48 RV stap voor, paddle turn ¼ draai naar links en rol met de heupen

SIDE TOGETHERS, SYNCOPATED JUMPS WITH LIMBOS, PADDLE TURNS TO THE LEFT (TWICE)

- 49- 50 LV stap links opzij, RV stap naast LV
51- 52 LV stap links opzij, RV stap naast LV (rol handen boven het hoofd)
53- 54 RV stap rechts opzij, LV stap naast RV
55- 56 RV stap rechts opzij, LV stap naast RV (rol handen op heuphoogte)
&57 RV spring voor, LV spring voor met voeten iets uit elkaar
&58 RV spring voor, LV spring voor met voeten iets uit elkaar
&59 RV spring voor, LV spring voor met voeten iets uit elkaar
&60 RV spring voor, LV spring voor met voeten iets uit elkaar
61- 63 RV stap voor, paddle turn ¼ draai naar links en rol met de heupen
63- 64 RV stap voor, paddle turn ¼ draai naar links en rol met de heupen

HERHAAL ALLES

Dit is een contra line dance waar je veel plezier mee kunt hebben.

Op de tellen 41- 44 houdt een kant van de contra line elkaars handen vast een armlengte uit elkaar Terwijl de andere kant de limbo doet onder die armen door bij de sprongen naar voor. Op de tellen 57- 60 wisselen de kanten enz.