

Poor, Heartbroken Mess

(Phrased line dance)

Choreograaf: Pierre Nystrom (Juli 2002)

Tellen: Deel A: 32 tellen, Deel B: 32 tellen, Deel C: 16 tellen

Niveau: Intermediate

Muziek: Danni Leigh – Mixed up mess of a heart

Volgorde: A-B, A-C, B-A, C-A-A

Deel A, 32 tellen: Steps fwd x4, left Vine w. hitches

(deze stappen worden gemaakt met voeten schouderbreedte uit elkaar)

1- 4 LV stap voor, RV stap voor, LV stap voor, RV stap voor

5&6& LV stap links opzij, RV stap gekruist achter LV, LV stap links opzij, hitch R-knie

7&8& RV zet neer, hitch L-knie, LV zet neer, hitch R-knie

Syncopated weave right, rock, 3/4 shuffle

1 RV stap rechts opzij

2&3 LV stap gekruist achter RV, RV stap rechts opzij, LV stap gekruist voor RV

4& RV stap rechts opzij, LV stap gekruist achter RV en begin met ¼ draai rechtsom

5- 6 RV rock voor en voltooi ¼ draai rechtsom, rock terug op LV

7&8 RV shuffle met ½ draai rechtsom (rechts, links, rechts)

Kick, step apart, swivels, fwd shuffle, 1/4 mambo rock

1&2 LV schop voor, LV stap naast RV, RV stap naast LV (voeten schouderbreedte uit elkaar)

3&3&4 RV+LV draai hakken naar binnen, draai tenen naar binnen, til hakken van de vloer, zet hakken neer

5&6 LV shuffle naar voor (links, rechts, links)

7&8 RV rock voor, rock terug op LV, RV stap voor met ¼ draai rechtsom

1/2 mambo rock, shuffle, kicks & kick ball change

1&2 LV rock voor, rock terug op RV, LV stap voor met ½ draai linksom

3&4 RV shuffle naar voor (rechts, links, rechts)

5&6& LV schop voor, LV stap naast RV, RV schop voor, RV stap naast LV

7&8 LV schop voor, LV stap naast RV, RV stap naast LV

Deel B, 32 tellen: Sailor step, weave, 1/2 side mambo, sailor step

1&2 LV stap gekruist achter RV, RV stap rechts opzij, LV stap naast RV

3&4 RV stap gekruist achter LV, LV stap links opzij, RV stap gekruist voor LV

5&6 LV rock links opzij, rock terug op RV, LV stap naast RV en maak hierbij ½ draai linksom

7&8 RV stap gekruist achter LV, LV stap links opzij, RV stap naast LV

Sailor step, weave, 1/2 side mambo, 1/4 mambo

1&2 LV stap gekruist achter RV, RV stap rechts opzij, LV stap naast RV

3&4 RV stap gekruist achter LV, LV stap links opzij, RV stap gekruist voor LV

5&6 LV rock links opzij, rock terug op RV, LV stap naast RV en maak hierbij ½ draai linksom

7&8 RV rock gekruist voor LV, rock terug op LV, RV stap voor met ¼ draai rechtsom

Kick – Monterey turn - hitch & point X2

1&2& LV schop voor, LV stap naast RV, RV tik teen rechts opzij, maak op LV ½ draai rechtsom en RV stap naast LV

3&4 LV tik teen links opzij, hitch L-knie, LV tik teen links opzij

5&6& LV schop voor, LV stap naast RV, RV tik teen rechts opzij, maak op LV ½ draai rechtsom en RV stap naast LV

7&8 LV tik teen links opzij, hitch L-knie, LV stap naast RV

Rock, 1/4 shuffle, step turn, lunge fwd

1- 2 RV rock gekruist voor LV, rock terug op LV

3&4 RV shuffle met ¼ draai rechtsom (rechts, links, rechts)

5- 6 LV stap voor, pivot turn ½ draai rechtsom

7- 8 LV stap voor en sleep RV mee, duw RV weer naar achter en zet gewicht op de RV

(L-been is gebogen en R-been blijft recht, beide voeten raken de vloer)

Deel C, 16 tellen: Weave to the Right, rock, weave left, rock

1&2& LV stap gekruist achter RV, RV stap rechts opzij, LV stap gekruist voor RV, RV stap rechts opzij

3&4& LV stap gekruist achter RV, RV stap rechts opzij, LV rock gekruist voor RV, rock terug op RV

5&6& LV stap links opzij, RV stap gekruist achter LV, LV stap links opzij, RV stap gekruist voor LV

7&8& LV stap links opzij, RV rock gekruist achter LV, rock terug op LV, RV stap rechts opzij

Toe-heel X2, rock and brush, repeat without last brush

1&2& LV stap op teen gekruist voor RV, LV zet hak neer, RV stap op teen rechts opzij, RV zet hak neer

3&4& LV rock gekruist voor RV, rock terug op RV, LV stap links opzij, RV brush naast LV

5&6& RV stap op teen gekruist voor LV, RV zet hak neer, LV stap op teen links opzij, LV zet hak neer

7&8 RV rock gekruist voor LV, rock terug op LV, RV stap rechts opzij