

# The One

( 4 wall line dance )

Choreograaf: John Dowling ( Januari 2006)

Tellen: 64 tellen

Niveau: Intermediate

Muziek: David Gray – The one I love

Tempo: 107 BPM

## **½ turn left, rock recover, left shuffle forward, ½ turn left, rock recover**

1- 3 RV stap achter met ½ draai linksom, LV rock achter, rock terug op RV

4&5 LV shuffle naar voor (links, rechts, links)

6- 8 RV stap achter met ½ draai linksom, LV rock achter, rock terug op RV

## **Rocking horse to left diagonal, left chasse, cross rock behind recover**

1- 2 LV rock diagonaal links voor, rock terug op RV

3- 4 LV rock gekruist achter RV , rock terug op RV

5&6 LV stap opzij, RV stap naast LV , LV stap opzij

7- 8 RV rock gekruist achter LV , rock terug op LV

## **Rocking horse to right diagonal, right chasse, cross unwind ½ turn left**

1- 2 RV rock diagonaal rechts voor, rock terug op LV

3- 4 RV rock gekruist achter LV , rock terug op LV

5&6 RV stap opzij, LV stap naast RV , RV stap opzij

7- 8 LV stap gekruist achter RV , ½ draai linksom

## **Jazz box with ¼ turn right, walk forward x 2, step forward pivot ½ turn left**

1- 2 RV stap gekruist voor LV , LV stap achter

3- 4 RV stap voor met ¼ draai rechtsom , LV stap voor

5- 6 RV stap voor, LV stap voor

7- 8 RV stap voor, pivot ½ draai linksom

## **Right shuffle forward with ½ turn left, left rock back recover, forward shuffles x 2**

1&2 RV shuffle ½ draai linksom (rechts, links, rechts)

3- 4 LV rock achter, rock terug op RV

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

7&8 RV shuffle naar voor (rechts, links, rechts)

## **Left step forward with ¼ turn right, cross step, hold, side step, hold, crossing shuffle**

1- 2 LV stap voor met ¼ draai rechtsom , RV stap opzij

3- 4 LV stap gekruist voor RV , rust

5- 6 RV stap opzij, rust

7&8 LV stap gekruist voor RV , RV stap opzij, LV stap gekruist voor RV

## **Side rock recover, cross step, hold, side step, hold, crossing shuffle**

1- 2 RV rock opzij, rock terug op LV

3- 4 RV stap gekruist voor LV , rust

5- 6 LV stap opzij ,rust

7&8 RV stap gekruist voor LV , LV stap opzij, RV stap gekruist voor LV

## **¼ turn left rock step recover, ½ turn left shuffle, step, pivot ½ turn left, walk x 2**

1- 2 LV rock voor met ¼ draai linksom, rock terug op RV

3&4 LV shuffle ½ draai linksom (links, rechts, links)

5- 6 RV stap voor, pivot ½ draai linksom

7- 8 RV stap voor, LV stap voor

## **Herhaal alles**

**Einde dans:** Na de vijfde muur eindig de dans met een extra stap naar voor.