

Triple Up

(2 wall line dance) (Phrased)

Choreograaf: John "Growler" Rowell (November 2002)

Niveau: Intermediate

Tempo: 126 BPM

Muziek: Shania Twain – Up (Red disc)

Intro van 8 tellen

Volgorde: A-A-B, A-B, A-A-A, Tag 1, B, A, A tot en met tel 23 + Einde

Deel A:

Cross, Side, Sailor turn, Right shuffle, Step, Half pivot.

- 1- 2 LV stap gekruist voor RV, RV stap rechts opzij
- 3&4 LV stap gekruist achter RV, RV stap met ¼ draai linksom, LV stap op de plaats
- 5&6 RV shuffle naar voor (rechts, links, rechts)
- 7- 8 LV stap voor, pivot turn ½ draai rechtsom

Left shuffle, Kick-out-out, & Cross, Half unwind, Heel grind, Quarter turn.

- 1&2 LV shuffle naar voor (links, rechts, links)
- 3&4 RV schop voor, RV stap rechts opzij, LV stap links opzij
- &5- 6 RV stap naast LV, LV stap gekruist voor RV, RV+LV maak op beide voeten ½ draai rechtsom
- 7- 8 RV zet hak voor, draai R-hak op de vloer en LV stap achter met ¼ draai linksom

Back rock, Recover, Walk right, left. Four knee pops.

- 1- 4 RV rock achter, rock terug op LV, RV stap voor, LV stap voor
- 5 RV tik teen iets achter LV en duw R-knie naar voor
- 6 RV zet hak neer en duw L-knie naar voor en til L-hak omhoog
- 7 LV zet hak neer en duw R-knie naar voor en til R-hak omhoog
- 8 RV zet hak neer en duw L-knie naar voor en til L-hak omhoog (gewicht naar voor)

Forward rock, Recover, Turn-turn-step. Step, Tap, Behind-side-cross.

- 1- 2 RV rock voor, rock terug op LV
- 3&4 RV stap achter met ¼ draai linksom, LV stap met ¼ draai linksom, RV stap voor
- 5- 6 LV stap voor, RV tik teen rechts opzij
- 7&8 RV stap achter LV, LV stap links opzij, RV stap gekruist voor LV

Deel B:

Rock left, Right, Forward, Step back, Rock back, Step forward, Step, Half turn

- 1- 2 LV rock links opzij en duw L-hand links omhoog, rock terug op RV en duw R-hand rechts omhoog
- 3- 4 LV rock voor en klap handen boven hoofd en iets naar voor, RV stap achter
- 5- 8 LV rock achter, rock terug op RV, LV stap voor, maak op LV ½ draai linksom en RV stap achter

Rock left, Right, Forward, Step back, Rock back, Step forward, Step, Half turn

- 1- 2 LV rock links opzij en duw L-hand links omhoog, rock terug op RV en duw R-hand rechts omhoog
- 3- 4 LV rock voor en klap handen boven hoofd en iets naar voor, RV stap achter
- 5- 8 LV rock achter, rock terug op RV, LV stap voor, maak op LV ½ draai linksom en RV stap achter

Rock left, Right, Forward, Step back, Rock back, Step forward, Step, Half turn

- 1- 2 LV rock links opzij en duw L-hand links omhoog, rock terug op RV en duw R-hand rechts omhoog
- 3- 4 LV rock voor en klap handen boven hoofd en iets naar voor, RV stap achter
- 5- 8 LV rock achter, rock terug op RV, LV stap voor, maak op LV ½ draai linksom en RV stap achter

Left sailor, Right sailor

- 1&2 LV stap gekruist achter RV, RV stap rechts opzij, LV stap op de plaats
- 3&4 RV stap gekruist achter LV, LV stap links opzij, RV stap op de plaats

Tag 1: Hip sways left, right, left, right

- 1- 4 Sway heupen naar links, rechts, links, rechts

Einde:

- 1&2 RV rock rechts opzij, rock terug op LV, RV stap gekruist voor LV