

Take A Breather

Choreographie: Maggie Gallagher (GB)

Typ: Four Wall Line Dance

Schritte / Taktschläge: 34 / 32

Schwierigkeitsgrad: leicht/mittel

Choreographiert zu:

Titel: I Need A Breather

Interpret: Darryl Worley

Tempo: 124 BPM (Taktschläge/min)

Aufstellug: In Linien neben- und Reihen hintereinander. Start nach 20 Taktschlägen mit Einsetzen des Gesangs.

Schrittfolge:

Step l L, Slide R towards L and Touch R beside L, Rock

Step b R

- 1 LF Schritt nach links
- 2 RF nachziehen und neben dem LF antippen
- 3 RF Schritt nach hinten und dabei den LF entlasten
- 4 Gewichtsverlagerung zurück auf den LF

Step r R, Together L, Chasse´ r R

- 5 RF Schritt nach rechts
- 6 LF Schritt neben den RF
- 7 RF Schritt nach rechts
- & LF Schritt neben den RF
- 8 RF Schritt nach rechts

Cross L over R, Touch R behind L, Step b R, Step b L with ¼-Turn l

- 9 LF vor dem RF kreuzen
- 10 RF hinter dem LF antippen
- 11 RF Schritt nach hinten
- 12 LF Schritt nach hinten mit ¼-Drehung nach links

Step f R, Touch L behind R, Step b L, Hook R in front of L with finger snap

- 13 RF Schritt nach vorne
- 14 LF hinter dem RF antippen
- 15 LF Schritt nach hinten
- 16 RF knapp unterhalb des linken Knies vor dem linken Bein kreuzen und dabei mit den Fingern in Schulterhöhe schnipsen

Step f R, Look L behind R, Step f R, & Lock L behind R, Step f R

- 17 RF Schritt nach vorne
- 18 LF Schritt rechts neben den RF („hinten einhaken“)
- 19 RF Schritt nach vorne
- & LF schlürft rechts neben den RF („hinten einhaken“)
- 20 RF Schritt nach vorne

Cross L over R, Step b R, Step l L with Hip Bump l, Hip Bump r

- 21 LF vor den RF kreuzen
- 22 RF Schritt nach hinten
- 23 LF Schritt nach links mit Kick mit der Hüfte nach links
- 24 Kick mit der Hüfte nach rechts

Grapevine l L with ¼-Turn l, Step f R

- 25 LF Schritt nach links
- 26 RF hinter dem LF kreuzen
- 27 LF Schritt nach links mit ¼-Drehung nach links
- 28 RF Schritt nach vorne

½-Turn l, Step f R with ¼-Turn l, Cross L behind R,

Step r R

- 29 ½-Drehung nach links mit Gewichtsverlagerung auf den LF
- 30 RF Schritt nach vorne mit ¼-Drehung nach links
- 31 LF hinter dem RF kreuzen
- 32 RF Schritt nach rechts

Neubeginn

Verlängerung nach dem 4. Durchgang:

Am Ende des 4. Durchgangs (zur Ausgangswand stehend) werden die letzten 8 Schritte (25 bis 32) doppelt getanzt und anschließend mit einem neuen Durchgang begonnen.

Verlängerung im 9. Durchgang:

Nach 8 Durchgängen beginnt der 9. Durchgang zur Ausgangswand stehend. Nach den beiden *Hip Bumps* (Schritte 23 und 24) werden vier weitere *Hip Bumps* angehängt und anschließend mit einem neuen Durchgang begonnen.

Hip Bump l, Hip Bump r, Hip Bump l, Hip Bump r

- 25 Kick mit der Hüfte nach links
- 26 Kick mit der Hüfte nach rechts
- 26 Kick mit der Hüfte nach links
- 28 Kick mit der Hüfte nach rechts

Ende des Tanzes im 13. Durchgang:

Nach 12 Durchgängen beginnt der 13. und gleichzeitig letzte Durchgang zur Ausgangswand stehend. Im Anschluss an den *Hook* (Schritt 16), werden die nachfolgenden Schritte ergänzt, um den Tanz zu beenden.

Rock Step f R, Coaster Step b R, Step f L with ¼-Turn r, Touch r Toe b l with finger snap

- 17 RF Schritt nach vorne und dabei den LF entlasten
- 18 Gewichtsverlagerung zurück auf den LF
- 19 RF Schritt nach hinten
- & LF Schritt neben den RF
- 20 RF Schritt nach vorne
- 21 LF Schritt nach vorne mit ¼-Drehung nach rechts
- 22 RF hinter dem linken Bein kreuzen und mit den Zehen antippen und dabei in die Knie gehen und mit den Fingern in Schulterhöhe schnipsen