



Take A Breather

Choreographie: Maggie Gallagher

Beschreibung: 32 count, 4 wall, beginner/intermediate line dance

Musik: I Need A Breather von Darryl Worley

Side, drag, rock back, side, together, chassé r

- 1-2 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken herangleiten lassen
- 3-4 Schritt zurück mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 5-6 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen
- 7&8 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts

Cross, touch behind, back, ¼ turn l & step, step, touch behind, back, hook

- 1-2 Linken Fuß über rechten kreuzen - Rechte Fußspitze hinter linker Hacke auftippen
- 3-4 Schritt zurück mit rechts - ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links (9 Uhr)
- 5-6 Schritt nach vorn mit rechts - Linke Fußspitze hinter rechter Hacke auftippen
- 7-8 Schritt zurück mit links - Rechten Fuß anheben und vor linkem Schienbein kreuzen (Arme heben und mit den Fingern schnippen)

Step, lock, locking shuffle, cross, back, side & sway

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß hinter rechten einkreuzen
- 3&4 Cha Cha nach vorn, dabei bei & den linken Fuß hinter den rechten einkreuzen (r - l - r)
- 5-6 Linken Fuß über rechten kreuzen - Schritt zurück mit rechts
- 7-8 Schritt nach links mit links, Hüften nach links und nach rechts schwingen

Half a figure of 8 vine

- 1-2 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß hinter linken kreuzen
- 3-4 ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links (6 Uhr) - Schritt nach vorn mit rechts
- 5-6 ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links - ¼ Drehung links herum und Schritt nach rechts mit rechts (9 Uhr)
- 7-8 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts

Wiederholung bis zum Ende

Tag/Brücke 1 (nach Ende der 4. Runde)

Half a figure of 8 vine

- 1-8 wie Schrittfolge 4

Tag/Brücke 2 (während der 9. Runde nach der 3. Schrittfolge)

Hip bumps

- 1-4 Hüften nach links, rechts, links und wieder nach rechts schwingen und von vorn beginnen
(Restart: Nach dieser Brücke wieder von vorn beginnen)

Ending/Ende (in der 13. Runde, nach den ersten beiden Schrittfolgen)

Rock forward, coaster step, step & turn forward, touch behind

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 3&4 Schritt zurück mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit rechts
- 5 Schritt nach vorn mit links und ¼ Drehung rechts herum (12 Uhr)
- 6 Rechte Fußspitze hinter linkem Fuß auftippen, verbeugen und schnippen