

Tension

Choreographie: Gary O'Reilly & Maggie Gallagher
 Beschreibung: 64 count, 2 wall, advanced line dance
 Musik: Tension von Fergie
 Hinweis: Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen

Step, rock forward, behind-side-sway, sways & cross- $\frac{1}{8}$ turn l-close

- 1 Schritt nach vorn mit rechts
- 2-3 Druckvollen Schritt nach vorn mit links - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 4&5 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts und Schritt nach links mit links/Hüften nach links schwingen
- 6-7 Hüften nach rechts schwingen - Hüften nach links schwingen
- &8 Rechten Fuß an linken heransetzen und linken Fuß über rechten kreuzen
- &1 $\frac{1}{8}$ Drehung links herum, kleinen Schritt nach hinten mit rechts und linken Fuß an rechten heransetzen (10:30)

Walk 2, Mambo forward, $\frac{1}{2}$ turn l, $\frac{1}{2}$ turn l, $\frac{3}{8}$ turn l/chassé l

- 2-3 2 Schritte nach vorn (r - l)
- 4&5 Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß und rechten Fuß an linken heransetzen
- 6-7 $\frac{1}{2}$ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links - $\frac{1}{2}$ Drehung links herum und kleinen Schritt nach vorn mit rechts
- 8&1 $\frac{3}{8}$ Drehung links herum und Schritt nach links mit links (6 Uhr) - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links

Rock across, chassé r, cross, side, sailor cross turning $\frac{1}{2}$ l

- 2-3 Rechten Fuß über linken kreuzen, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 4&5 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts
- 6-7 Linken Fuß über rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts
- 8&1 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - $\frac{1}{2}$ Drehung links herum, Schritt nach rechts mit rechts und linken Fuß über rechten kreuzen (12 Uhr)

Hold- $\frac{1}{8}$ turn l-behind, hold- $\frac{1}{8}$ turn l-cross- $\frac{1}{8}$ turn l-behind- $\frac{1}{8}$ turn l-cross- $\frac{1}{8}$ turn l-close

- 2&3-4 Halten - $\frac{1}{8}$ Drehung links herum, Schritt nach rechts mit rechts und linken Fuß hinter rechten kreuzen (10:30) - Halten
- &5 $\frac{1}{8}$ Drehung links herum, Schritt nach rechts mit rechts und linken Fuß über rechten kreuzen (9 Uhr)
- &6 $\frac{1}{8}$ Drehung links herum, Schritt nach rechts mit rechts und linken Fuß hinter rechten kreuzen (7:30)
- &7 $\frac{1}{8}$ Drehung links herum, Schritt nach rechts mit rechts und linken Fuß über rechten kreuzen (6 Uhr)
- &8 $\frac{1}{8}$ Drehung links herum, Schritt nach rechts mit rechts und linken Fuß an rechten heransetzen (4:30)

Walk 2, anchor step, 1/8 turn l, reverse anchor step, step

- 1-2 2 Schritte nach vorn (r - l)
- 3&4 Rechten Fuß hinter linken einkreuzen - Schritt auf der Stelle mit links und kleinen Schritt nach hinten mit rechts
- 5 1/8 Drehung links herum und Schritt nach hinten mit links (3 Uhr)
- 6&7 Rechten Fuß über linken einkreuzen - Schritt auf der Stelle mit links und kleinen Schritt nach vorn mit rechts
- 8 Schritt nach vorn mit links

Point, hold & point & cross, back, side, shuffle across

- 1-2 Rechte Fußspitze rechts auftippen - Halten
- &3 Rechten Fuß an linken heransetzen und linke Fußspitze links auftippen
- &4 Linken Fuß an rechten heransetzen und rechten Fuß über linken kreuzen
- 5-6 Schritt nach hinten mit links/Po nach hinten schieben - Schritt nach rechts mit rechts
- 7&8 Linken Fuß weit über rechten kreuzen - Rechten Fuß etwas an linken heranziehen und linken Fuß weit über rechten kreuzen

Point/hip bumps, 1/4 turn l, 1/2 turn l, 1/4 turn l/point/hip bumps, 1/4 turn r, 1/4 turn r/point

- 1&2 Rechte Fußspitze rechts auftippen/Hüften nach rechts oben schwingen - Hüften nach links unten und dann nach rechts schwingen
- 3-4 1/4 Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links - 1/2 Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts (6 Uhr)
- 5&6 1/4 Drehung links herum und linke Fußspitze links auftippen/Hüften nach links oben schwingen (3 Uhr) - Hüften nach rechts unten und dann nach links schwingen
- 7-8 1/4 Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts - 1/4 Drehung rechts herum und linke Fußspitze links auftippen (9 Uhr)

Cross, 1/4 turn l-side-step, lock-step, rock forward, back, back &

- 1-2& Linken Fuß über rechten kreuzen - 1/4 Drehung links herum, Schritt nach hinten mit rechts und kleinen Schritt nach links mit links (6 Uhr)
- 3-4& Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß hinter rechten einkreuzen und Schritt nach vorn mit rechts
- 5-6 Schritt nach vorn mit links, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 7-8& Großen Schritt nach hinten mit links - Rechten Fuß an linken heranziehen, Schritt nach hinten mit rechts und linken Fuß an rechten heransetzen

Wiederholung bis zum Ende