



Once in a lifetime 32 Counts / 4 wall / Absolute Beginner

Choreographie: Anna Korsgaard & Kirsthen Hansen DK

01/2015

Musik: Once in a lifetime

Heartbeat

No Tag, No Restart

Ending: Wand 12 (9 Uhr) nach 28 Counts

Intro : 16 Counts

1-8 RIGHT RUMBA BOX

- 1, 2 RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen (Gewicht auf LF)
- 3, 4 RF Schritt nach vorne, Warten
- 5, 6 LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen (Gewicht auf RF)
- 7, 8 LF Schritt zurück, Warten

9-16 SLOW CHASSÉ R, ¼ TURN, WALK FORWARD L-R-L

- 1, 2 RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen
- 3, 4 ¼ Drehung R, RF Schritt nach vorne, Warten
- 5, 6 LF Schritt nach vorne, RF Schritt nach vorne
- 7, 8 LF Schritt nach vorne, Warten

17-24 ROCK FORWARD, WALK BACK L-R-L

- 1, 2 RF Schritt nach vorne, Gewicht zurück auf LF
- 3, 4 RF Schritt zurück, Warten
- 5, 6 LF Schritt zurück, RF Schritt zurück
- 7, 8 LF Schritt zurück, Warten

15-32 SIDE TOUCH R, SIDE TOUCH L, SWAY 4X

- 1, 2 RF Schritt nach rechts, LF neben RF auftippen
- 3, 4 LF Schritt nach links, RF neben LF auftippen
- 5, 6 RF Schritt nach rechts, Hüfte nach rechts und links schwingen
- 7, 8 Hüfte nach rechts und links schwingen

Ending: Wand 12 (9Uhr)

Tanze bis Count 28 (Side Touches), anschliessend ¼ Drehung R und Schritt nach vorne mit rechts

Tanz beginnt wieder von vorne

RF = rechter Fuss

LF = linker Fuss