

POSTPONE THE PAIN partnerdans

Choreograaf: Alan & Sonia Cole. 25 febr. 2017

Soort Dans: Partnerdans, Positie: Inside Handhole Position,doorgaans tegenovergesteld voetenwerk tenzij anders vermeld

Tellen: 60 BPM: 132

Muziek: Postpone The Pain van Mark Chesnutt, Postpone The Pain van Andy Martin

Intro: 4x8 tellen

Heer Inside Handhole Position LOD

1 ; 8 Forward Rock, Side Rock, Back Rock, Step, X 2

1 LV rock voor
& RV gewicht terug
2 LV rock opzij
& RV gewicht terug
3 LV rock achter
& RV gewicht terug
4 LV stap naast RV
5 RV rock voor
& LV gewicht terug
6 RV rock opzij
& LV gewicht terug
7 RV rock achter
& LV gewicht terug
8 RV stap naast LV

09:16 Step, Lock, Step, Hitch X 2

1 LV stap voor
2 RV kruis achter
3 LV stap voor
4 RV hitch
5 RV stap voor
6 LV kruis achter
7 RV stap voor
8 LV hitch

17 ; 24 Rock, Recover, 1/2 Turn, Step Fwd 1/4 Turn To Face, Cross Step

1 LV rock voor
2 RV gewicht terug
3 LV 1/2 draai linksom stap voor (RLOD)
4 rust
5 RV stap voor
6 LV 1/4 linksom
7 RV kruis voor (gezichten naar elkaar)
8 rust
(op tel 3 handen los, en op tel 7 beide handen vast (open hand hold))

25 ; 32 Side, Together, Side, Hitch, X 2

1 LV stap links opzij
2 RV sluit naast
3 LV stap links opzij
4 RV hitch
5 RV stap rechts opzij
6 LV sluit naast
7 RV stap rechts opzij
8 LV hitch

Dame Inside Handhole Position LOD

1 ; 8 Forward Rock, Side Rock, Back Rock, Step, X 2

1 RV rock voor
& LV gewicht terug
2 RV rock opzij
& LV gewicht terug
3 RV rock achter
& LV gewicht terug
4 RV stap naast LV
5 LV rock voor
& RV gewicht terug
6 LV rock opzij
& RV gewicht terug
7 LV rock achter
& RV gewicht terug
8 LV stap naast RV

09:16 Step, Lock, Step, Hitch X 2

1 RV stap voor
2 LV kruis achter
3 RV stap voor
4 LV hitch
5 LV stap voor
6 RV kruis achter
7 LV stap voor
8 RV hitch

17 ; 24 Rock, Recover, 1/2 Turn, Step Fwd 1/4 Turn To Face, Cross Step

1 RV rock voor
2 LV gewicht terug
3 RV 1/2 draai rechtsom stap voor (RLOD)
4 rust
5 LV stap voor
6 RV 1/4 rechtsom
7 LV kruis voor (gezichten naar elkaar)
8 rust

25 ; 32 Side, Together, Side, Hitch, X 2

1 RV stap rechts opzij
2 LV sluit naast
3 RV stap rechts opzij
4 LV hitch
5 LV stap links opzij
6 RV sluit naast
7 LV stap links opzij
8 RV hitch

naar blad 2

POSTPONE THE PAIN partnerdans blad 2

<p>33 ; 40</p> <p>Heer</p> <p>Back Mambo Step, 1/2 Turn Left in Walk, Walk, Walk (Change Sides)</p> <p>1 LV rock achter 2 RV gewicht terug 3 LV stap voor 4 rust 5 RV 1/4 linksom (voor dame langs) 6 LV 1/4 linksom 7 RV stap naast 8 rust (OLOD kijkt naar binnen) <i>(op tel 5 r.hand heer l.hand dame los, l.hand heer over hoofd heer, heer voor dame langs r.schouder)</i> <i>(aan r. schouder , op tel 7 beide handen vast)</i></p>	<p>33 ; 40</p> <p>Dame</p> <p>Back Mambo Step, 1/2 Turn Right in Walk, Walk, Walk (Change Sides)</p> <p>1 RV rock achter 2 LV gewicht terug 3 RV stap voor 4 rust 5 LV 1/4 rechtsom (achter heer door) 6 RV 1/4 rechtsom 7 LV stap naast 8 rust (ILOD kijkt naar buiten) <i>(op tel 5 l.hand heer r.hand dame los, r.hand heer over hoofd dame, heer achter dame langs r.schouder)</i> <i>(aan l. schouder , op tel 7 beide handen vast)</i></p>
<p>41 ; 48</p> <p>Side, Together, Side, Hitch, X 2</p> <p>1 LV stap links opzij 2 RV sluit naast 3 LV stap links opzij 4 RV hitch 5 RV stap rechts opzij 6 LV sluit naast 7 RV stap rechts opzij 8 LV hitch</p>	<p>41 ; 48</p> <p>Side, Together, Side, Hitch, X 2</p> <p>1 RV stap rechts opzij 2 LV sluit naast 3 RV stap rechts opzij 4 LV hitch 5 LV stap links opzij 6 RV sluit naast 7 LV stap links opzij 8 RV hitch</p>
<p>49 ; 56</p> <p>Back Mambo Step, 1/4 Turn Right in Walk, Walk, Walk (Change Sides)</p> <p>1 LV rock achter 2 RV gewicht terug 3 LV stap voor 4 rust 5 RV 1/8 rechtsom (achter dame door) 6 LV 1/8 rechtsom 7 RV stap voor 8 rust (LOD) <i>(op tel 5 l.hand heer en r.hand dame los, r. hand heer over hoofd dame, heer achter dame langs r.schouder)</i> <i>(aan r.schouder, op tel 7 midden handen vast)</i></p>	<p>49 ; 56</p> <p>Back Mambo Step, 1/4 Turn Left in Walk, Walk, Walk (Change Sides)</p> <p>1 RV rock achter 2 LV gewicht terug 3 RV stap voor 4 rust 5 LV 1/8 linksom (voor heer langs) 6 RV 1/8 linksom 7 LV stap voor 8 rust (LOD) <i>(op tel 5 r.hand heer en l.hand dame los, l. hand heer over hoofd heer, heer achter heer langs l.schouder)</i> <i>(aan l.schouder, op tel 7 midden handen vast)</i></p>
<p>57 ; 60</p> <p>Rocking Chair</p> <p>1 LV rock voor 2 RV gewicht terug 3 LV rock voor 4 RV gewicht terug</p>	<p>57 ; 60</p> <p>Rocking Chair</p> <p>1 RV rock voor 2 LV gewicht terug 3 RV rock voor 4 LV gewicht terug</p>
<p>Begin opnieuw en veel plezier.</p>	<p>Begin opnieuw en veel plezier.</p>

