

Calm Down

Choreograaf : Jef Camps, Esmeralda v.d. Pol & Jo Kinser
Soort Dans : 2 wall line dance
Niveau : Lower Advanced
Tellen : 48
Info : Intro 16 tellen
Muziek : "Calm Down" by Sonny

Lunge Side Recover $\frac{1}{4}$ L/Hitch, Full Turn L/Sweep, Sync. Mod. Jazz Box, $\frac{1}{8}$ R Rock Fwd Recover, Back, $\frac{1}{8}$ R Side, Cross, Side

1 RV rock/hang opzij en strek L been
2 LV $\frac{1}{4}$ linksom, gewicht terug en hitch RV
a RV $\frac{1}{2}$ linksom, stap achter
3 LV $\frac{1}{2}$ linksom, stap voor en sweep RV voor
4 RV kruis over
& LV stap achter
a RV stap opzij
5 LV $\frac{1}{8}$ rechtsom, rock voor
6 RV gewicht terug
7 LV stap achter
8 RV $\frac{1}{8}$ rechtsom, stap opzij
& LV kruis over
a RV stap opzij [12]

Cross/Unwind Full Turn R, Rock Side Recover $\frac{1}{4}$ L, Prissy Walk, Full Turn R/Sweep, Cross, Sync. Scissor

1 LV kruis over met hele draai rechtsom op bal voet
2 RV rock opzij
3 LV $\frac{1}{4}$ linksom, gewicht terug
4 RV kruis voor
5 LV $\frac{1}{2}$ rechtsom, stap achter
6 RV $\frac{1}{2}$ rechtsom, stap voor en sweep LV voor
7 LV kruis over
8 RV stap opzij
& LV stap naast
a RV kruis over [9]

Mod. NC Diamond Pattern $\frac{1}{2}$ R, $\frac{1}{4}$ R Side, Sync. Weave/Sweep, Behind Side Fwd

1 LV grote stap opzij
2 RV $\frac{1}{8}$ rechtsom, stap achter
a LV stap achter
3 RV $\frac{1}{8}$ rechtsom, grote stap opzij
4 LV $\frac{1}{8}$ rechtsom, stap voor
a RV stap voor
5 LV $\frac{1}{8}$ rechtsom, grote stap opzij
6 RV $\frac{1}{4}$ rechtsom, stap opzij
& LV kruis over
a RV stap opzij
7 LV kruis achter en sweep RV achter
8 RV kruis achter
& LV stap opzij
a RV stap voor [6]

Rock Fwd Recover/Drag/ Back/Drag, Sync. Coaster, Spiral $\frac{3}{4}$ R, Side, $\frac{1}{8}$ R Fwd, Diamond Pattern $\frac{1}{4}$ R

1 LV rock voor
2 RV gewicht terug en sleep L hak bij
3 LV stap achter en sleep R hak bij
4 RV stap achter
& LV sluit
a RV stap voor
5 LV stap voor met $\frac{3}{4}$ rechtsom op bal voet
6 RV stap opzij
7 LV $\frac{1}{8}$ rechtsom, stap voor
8 RV stap voor
& LV $\frac{1}{8}$ rechtsom, stap opzij
a RV $\frac{1}{8}$ rechtsom, stap achter [7.30]

Point Back, Half Turn L, Back/Drag, Sync. Coaster, Fwd, $\frac{1}{8}$ L Side/Sway, Sway, Cross, Side

1 LV tik achter, beide armen naar voor op borsthoogte
2 RV $\frac{1}{2}$ linksom op bal voet, handpalmen gekruist op de borst
3 LV stap achter, sleep RV bij, handen omlaag
4 RV stap achter
& LV sluit
a RV stap voor
5 LV stap voor
6 RV $\frac{1}{8}$ linksom, stap opzij, heupen rechts
7 heupen links
8 RV kruis over
a LV stap opzij [12]

Behind/Sweep, Behind Side, Sync. Weave, Rock Across Recover, Ball Cross, $\frac{1}{4}$ R Back, Full Turn R, $\frac{1}{4}$ Turn R

1 RV kruis achter en sweep LV achter
2 LV kruis achter
a RV stap opzij
3 LV kruis over
a RV stap opzij
4 LV kruis achter
a RV stap opzij
5 LV rock gekruist over
6 RV gewicht terug
a LV stap op bal voet naast
7 RV kruis over
8 LV $\frac{1}{4}$ rechtsom, stap achter
& RV $\frac{1}{2}$ rechtsom, stap voor
a LV $\frac{1}{2}$ rechtsom, stap achter en draai $\frac{1}{4}$ rechtsom door op bal voet [6]

Begin opnieuw

Tag + Restart:

Dans de 3^e muur t/m tel 8 (1^e blok), dan:

& LV kruis over

a L+R hele draai rechtsom (gew. LV)

en begin opnieuw

Bridge:

Na de 5^e muur:

1 RV stap opzij, heupen rechts

2 heupen links

Ending:

*Dans de 6^e muur t/m tel 22 (tel 6 van het 3^e blok) en
eindig met:*

7 LV kruis over

a RV stap opzij

8 LV kruis achter

a RV ¼ rechtsom, stap voor en sweep LV

¼ rechtsom door [12]