

LOSE A LITTLE SLEEP

- Choreographie: Severine Fillion
Beschreibung: 32 count, 4 wall, low intermediate line dance
Musik: **Lose A Little Sleep** von Big & Rich
Hinweis: Der Tanz beginnt nach 32 Taktschlägen



Touch-heel-stomp r + l, step-touch behind-back-kick, coaster step

- 1&2 Rechte Fußspitze neben linkem Fuß auf tippen (Knie nach innen) - Rechte Hacke vorn auf tippen und rechten Fuß vorn auf stampfen
3&4 Linke Fußspitze neben rechtem Fuß auf tippen (Knie nach innen) - Linke Hacke vorn auf tippen und linken Fuß vorn auf stampfen
5& Schritt nach vorn mit rechts und linke Fußspitze hinter rechtem Fuß auf tippen
6& Schritt nach hinten mit links und rechten Fuß nach vorn kicken
7&8 Schritt nach hinten mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit rechts

Shuffle forward, step-pivot ½ l-step, full paddle turn r

- 1& Schritt nach vorn mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach vorn mit links
3&4 Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links, und Schritt nach vorn mit rechts (6 Uhr)
5& Linkes Knie anheben, ¼ Drehung rechts herum und linke Fußspitze links auf tippen (9 Uhr)
6&- 5& 3x wiederholen (6 Uhr)
8&

Vaudeville l + r, cross, side, sailor step turning ¼ l

- 1& Linken Fuß über rechten kreuzen und kleinen Schritt nach rechts mit rechts
2& Linke Hacke schräg links vorn auf tippen und linken Fuß an rechten heransetzen
3& Rechten Fuß über linken kreuzen und kleinen Schritt nach links mit links
4& Rechte Hacke schräg rechts vorn auf tippen und rechten Fuß an linken heransetzen
5-6 Linken Fuß über rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts
7&8 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - ¼ Drehung links herum, rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach vorn mit links (3 Uhr)
(Restart: In der 3. Runde - Richtung 9 Uhr - hier abrechnen und von vorn beginnen)

Shuffle forward, step-pivot ½ r-step, skate 4

- 1& Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach vorn mit rechts
3&4 Schritt nach vorn mit links - ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts, und Schritt nach vorn mit links (9 Uhr)
5-8 4 Schritte nach jeweils schräg vorn, dabei die Hacken nach innen drehen (r - l - r - l)

Wiederholung bis zum Ende

Tag/Brücke (nach Ende der 6. Runde - 12 Uhr)

Step, pivot ½ l 2x

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (6 Uhr)
3-4 Wie 1-2 (12 Uhr)

