

A Tenderheart



Choreographie: Séverine Fillion (FR) - January 2025

Beschreibung: 48 Counts, 2 Wall / Intermediate

Musik: Tenderheart - Sam Outlaw

Information: **2 Restarts, 1 Break / Restart

Intro : 32 counts

SIDE, BACK MAMBO, TRIPLE ROCK FWD, BALL LARGE STEP BACK & SWEEP, BEHIND, SIDE

- 1 RF großen Schritt nach rechts
- 2&3 LF kleiner Schritt zurück (rechte Ferse leicht anheben), Gewicht vor auf RF, LF Schritt vorwärts
- 4& RF Schritt vorwärts und LF neben RF absetzen
- 5,6 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- &7 RF neben LF absetzen und LF Schritt zurück & RF nach hinten schwingen (nicht absetzen)
- 8& RF hinter dem LF kreuzen und LF Schritt nach links

CROSS ROCK (R & L), & 1/4 TURN L & SIDE, ROCK BACK, SIDE, BEHIND, 1/4 TURN L

- 1,2& RF vor dem LF kreuzen (linke Ferse anheben), Gewicht zurück auf LF, RF Schritt nach rechts
- 3,4& LF vor dem RF kreuzen (rechte Ferse anheben), Gewicht zurück auf RF, LF Schritt nach links
- 5 ¼ Linksdrehung & RF großen Schritt nach rechts
- 6& LF Schritt zurück (rechte Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf RF
- 7,8& LF Schritt nach links, RF hinter dem LF kreuzen, ¼ Linksdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts

Break im 6. Durchgang

FWD, STEP 1/2 TURN R STEP, TRIPLE FULL TURN L, SIDE ROCK (with Sway)

- 1,2 RF Schritt vorwärts und *** LF Schritt vorwärts
- 3,4 ½ Rechtsdrehung auf den Fußballen (Gewicht RF) und LF Schritt vorwärts
- 5&6 Volle Linksdrehung mit 3 Cha Cha Schritten vorwärts (RF, LF, RF) **

Restart:

Im 6. Durchgang tanze bis Count 6 ** der 3. Sektion durch und beginne dann bei 3 *** der 3. Sektion wieder von vorne

- 7, 8 LF Schritt nach links & Körper nach links und nach rechts schwingen

DIAMOND with 1/2 TURN LEFT, COASTER STEP

- 1&2 LF vor dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, 1/8 Linksdrehung & LF Schritt zurück
- 3& RF Schritt zurück und 1/8 Linksdrehung & LF Schritt nach links
- 4 1/8 Linksdrehung & RF Schritt vorwärts 7:30
- 5&6 LF Schritt vorwärts, 1/8 Linksdrehung & RF Schritt nach rechts, LF Schritt zurück 6:00
- 7&8 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts

BALL ROCKING CHAIR, & 1/2 TURN L, BACK ROCK, & 1/2 TURN R, BACK ROCK

- &1,2 LF neben RF absetzen, Schritt vorwärts (linke Ferse anheben), Gewicht zurück auf LF
- 3,4 RF Schritt zurück (linke Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf LF
- & 1/2 Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück
- 5,6 LF Schritt zurück (rechte Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf RF
- & 1/2 Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück
- 7,8 RF Schritt zurück (linke Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf LF

Restart: Im 2. und 4. Durchgang beginne hier wieder von vorne.

DOROTHY STEPS (R & L), STEP 1/2 TURN L, PIVOT 1/2 TURN L & TOGETHER, BODY ROLL

- 1,2& RF Schritt schräg rechts vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt schräg rechts vorwärts
- 3,4& LF Schritt schräg links vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt schräg links vorwärts
- 5,6 RF Schritt vorwärts und 1/2 Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 7,8 1/2 Linksdrehung & RF neben LF absetzen und Körperrolle (Freestyle)