

Feel Free (Partnerdans)

Choreographie : Bill Gallagher

72 tellen, beginner/intermediate niveau

Muziek : Feel Free, The Bellamy brothers, CD: Sons of beaches, BPM 104

Alt. : My girl, The Temptations

Partner contra line dance. Start in gesloten western danshouding

Heer

Rock step with ¼ turns, Cha cha cha

- 1 RV rock ¼ draai over LV
- 2 gewicht met ¼ draai terug
- 3 RV stap opzij
- & LV zet naast RV
- 4 RV stap opzij
- 5 LV rock ¼ draai over RV
- 6 gewicht met ¼ draai terug
- 7 LV stap opzij
- & RV zet naast LV
- 8 LV stap opzij

tel 5 LH los, tel 6 LH vast

Cross ¼ turn, ¾ Turn, Cha cha cha

- 1 RV stap ¼ draai over LV
- 2 RV+LV maak ¾ draai linksom
- 3 RV stap opzij
- & LV zet naast RV
- 4 RV stap opzij

tel 1 LH los, tel 2 H boven hoofd, tel 3&4 startpositie

Rockstep, ChaChaCha back Back rock, ChaChaCha fwd

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

Rock step with ¼ turns, Cha cha cha

- 1 LV rock ¼ draai over RV
- 2 gewicht met ¼ draai terug
- 3 LV stap opzij
- & RV zet naast LV
- 4 LV stap opzij
- 5 RV stap ¼ draai over LV
- 6 gewicht met ¼ draai terug
- 7 RV stap opzij
- & LV zet naast RV
- 8 RV stap opzij

tel 1 RH los, tel 2 RH vast, tel 5 LH los, tel 6 LH vast

Rock step with ¼ turn, Cha cha cha, Cross ¼ turn, ¾ turn, Cha cha cha

- 1 LV stap ¼ draai over RV
- 2 gewicht met ¼ draai terug
- 3 LV stap opzij
- & RV zet naast LV
- 4 LV stap opzij
- 5 RV rock ¼ draai over LV
- 6 RV+LV maak ¾ draai linksom
- 7 RV stap opzij
- & LV zet naast RV
- 8 RV stap opzij

tel 1 RH los, tel 2 RH vast, tel 5 RH los, tel 6 H boven hoofd, 7&8 handen los

Dame

Rock step with ¼ turns, Cha cha cha

- 1 LV rock ¼ draai over RV
- 2 gewicht met ¼ draai terug
- 3 LV stap opzij
- & RV zet naast LV
- 4 LV stap opzij
- 5 RV rock ¼ draai over LV
- 6 gewicht met ¼ draai terug
- 7 RV stap opzij
- & LV zet naast RV
- 8 RV stap opzij

Cross ¼ turn, ¾ Turn, Cha cha cha

- 1 LV stap ¼ draai over RV
- 2 LV+RV maak ¾ draai rechtsom
- 3 LV stap opzij
- & RV zet naast LV
- 4 LV stap opzij

tel 1 RH los, 2 H boven hoofd, tel 3&4 startpositie

Back rock, ChaChaCha fwd

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

Rock step with ¼ turns, Cha cha cha

- 1 RV rock ¼ draai over LV
- 2 gewicht met ¼ draai terug
- 3 RV stap opzij
- & LV zet naast RV
- 4 RV stap opzij
- 5 LV stap ¼ draai over RV
- 6 gewicht met ¼ draai terug
- 7 LV stap opzij
- & RV zet naast LV
- 8 LV stap opzij

tel 1 LH los, tel 2 LH vast, tel 5 RH los, tel 6 RH vast

Rock step with ¼ turn, Cha cha cha, Cross ¼ turn, ¾ turn, Cha cha cha

- 1 RV rock ¼ draai over LV
- 2 gewicht met ¼ draai terug
- 3 RV stap opzij
- & LV zet naast RV
- 4 RV stap opzij
- 1 LV rock ¼ draai over RV
- 2 LV+RV maak ¾ draai rechtsom
- 7 LV stap opzij
- & RV zet naast LV
- 8 LV stap opzij

tel 1 LH los, tel 2 LH vast, tel 5 RH los, tel 6 H boven hoofd, 7&8 handen los

Heer

Step, ½ Turn right, Cha cha cha. Walk,Walk, Cha

- 1 LV stap voor
- 2 LV+RV maak ½ draai R
- 3 LV stap voor
- & RV zet naast LV
- 4 LV stap voor
- 5 RV stap voor
- 6 LV stap voor
- 7 RV stap voor
- & LV zet naast RV
- 8 RV stap voor

Dame volgt de heer

Step, ½ Turn right, cha cha. Walk,Walk, Cha

- 1 LV stap voor
- 2 LV+RV maak ½ draai R
- 3 LV stap voor
- & RV zet naast LV
- 4 LV stap voor
- 5 RV stap voor
- 6 LV stap voor
- 7 RV stap voor

& LV zet naast RV

8 RV stap voor
Heer volgt de dame

Rockstep, Cha cha cha back/Step, ½ turn left, Cha cha cha, Back, Back, Cha cha cha

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

Dame volgt heer tegenover elkaar

Back rock, Cha cha cha, Walk, Walk, Cha cha cha

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

Heer volgt dame tegenover elkaar

Rockstep, Cha cha cha

- 1 LV rock voor
- 2 gewicht terug op RV
- 3 LV stap op de plaats
- & RV zet naast LV
- 4 LV stap op de plaats

Dame

Back rock, Cha cha cha, Walk, Walk, Cha cha cha

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

Step, ½ turn left, Cha cha cha, Walk, Walk, Cha cha cha

- 1 RV stap voor
- 2 RV+LV maak ½ draai L
- 3 RV stap voor
- & LV zet naast RV
- 4 RV stap voor
- 5 LV stap voor
- 6 RV stap voor
- 7 LV stap voor

& RV zet naast LV

8 LV stap voor

8 RV stap voor

8 LV stap voor

Rockstep, Cha cha cha back Back, Back, Cha cha cha

- 1 RV stap voor
- 2 RV+LV maak ½ draai L
- 3 RV stap voor
- & LV zet naast RV
- 4 RV stap voor
- 5 LV stap voor
- 6 RV stap voor
- 7 LV stap voor
- & RV zet naast LV
- 8 LV stap voor

Rockstep, Cha cha cha back Back, Back, Cha cha cha

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

Back rock, Cha cha cha

- 1 RV rock achter
- 2 gewicht terug op LV
- 3 RV stap op de plaats
- & LV zet naast RV
- 4 RV stap op de plaats

Begin opnieuw

Veel dansplezier