

# Be Strong

Choreographie: Audrey Watson

Beschreibung: 32 count, 4 wall, beginner/intermediate line dance

Musik: **The Words 'I Love You'** von Chris De Burgh

## Cross rock, locking shuffle r + l

- 1-2 RF über LF kreuzen, LF etwas anheben (etwas nach links drehen) - Gewicht zurück auf den LF
- 3&4 Cha Cha nach vorn, dabei bei & den LF hinter den RF einkreuzen (etwas nach schräg links vorn) (r - l - r)
- 5-6 LF über RF kreuzen, RF etwas anheben (etwas nach rechts drehen) - Gewicht zurück auf den RF

(Letzte Runde:  $\frac{1}{4}$  Drehung rechts herum und Schritt nach links mit links (12 Uhr))

- 7&8 Cha Cha nach vorn, dabei bei & den RF hinter den LF einkreuzen (etwas nach schräg rechts vorn) (l - r - l)

## Rock forward, shuffle in place turning $\frac{3}{4}$ r, cross, side, behind-side-cross

- 1-2 RF Schritt nach vorn, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den LF
- 3&4 Cha Cha auf der Stelle, dabei eine  $\frac{3}{4}$  Drehung rechts herum ausführen (9 Uhr)
- 5-6 Linken Fuß über rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts
- 7&8 LF hinter RF kreuzen – RF Schritt nach rechts und LF über RF kreuzen

## Side rock turning $\frac{1}{4}$ l, shuffle forward, full turn r, Mambo step

- 1-2 RF Schritt nach rechts, LF etwas anheben -  $\frac{1}{4}$  Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links (6 Uhr)
- 3&4 Cha Cha nach vorn (r - l - r)
- 5-6  $\frac{1}{2}$  Drehung rechts herum und Schritt zurück mit links -  $\frac{1}{2}$  Drehung rechts herum und RF Schritt nach vorn (6 Uhr)
- 7&8 LF Schritt nach vorn, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF und LF an RF heransetzen

## Back 2, shuffle back turning $\frac{1}{2}$ r, step, pivot $\frac{1}{4}$ r, cross $\frac{1}{2}$ turn l

- 1-2 2 gleitende Schritte zurück (r - l)
- 3&4 Cha Cha zurück, dabei  $\frac{1}{2}$  Drehung rechts herum ausführen (r - l - r) (12 Uhr)
- 5-6 LF Schritt nach vorn -  $\frac{1}{4}$  Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (3 Uhr)
- 7 LF über RF kreuzen
- &8  $\frac{1}{4}$  Drehung links herum und Schritt zurück mit rechts -  $\frac{1}{4}$  Drehung links herum und LF Schritt nach links (9 Uhr)

## Der Tanz beginnt von vorne

Tag/Brücke (nach Ende der 2. und 5. Runde)

## Cross rock, back rock

- 1-2 RF über LF kreuzen, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den LF
- 3-4 RF Schritt zurück, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den LF