



BRUISES

32 Count, 4 Wall, Beginner/Intermediate
 Choreographie: Niels B. Poulsen
 Musik: Bruises von Train ft. Ashley Monroe
 überarbeitet von: Marlis Wolter

Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen

ROCK FORWARD, 1/2 TURN R-1/4 TURN R-1/4 TURN R (COASTER CROSS), SIDE, BEHIND-SIDE-CROSS-ROCK SIDE

1-2 RF Schritt nach vorn, LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF
 3&4 1/2 Rechtsdrehung, RF kleinen Schritt nach vorn, 1/4 Rechtsdrehung, RF an LF heransetzen sowie 1/4 Rechtsdrehung, RF über LF kreuzen
 5-6 LF Schritt nach links, RF hinter LF kreuzen
 &7 LF Schritt nach links, RF über LF kreuzen
 &8 LF Schritt nach links, Gewicht zurück auf RF

CROSS, 1/4 TURN L, SHUFFLE BACK TURNING 1/2 L, STEP, PIVOT 1/2 L, WALK 2 (FULL TURN L)

1-2 LF über RF kreuzen, 1/4 Linksdrehung, RF Schritt nach hinten (9 Uhr)
 3&4 1/4 Linksdrehung, LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen, 1/4 Linksdrehung, LF Schritt nach vorn (3 Uhr)
 5-6 RF Schritt nach vorn, 1/2 Linksdrehung auf bd Ballen, Gewicht am Ende links (9 Uhr)
 7-8 2 Schritte nach vorn (r - l)

(Restart: In der 4. und 8. Runde - Richtung 12 Uhr - hier abrechnen und von vorn beginnen)

Heel & heel & rock forward, locking shuffle back, 1/4 turn l/chassé l

1&2 Rechte Hacke vorn auftippen, RF an LF heransetzen (etwas nach vorn) und linke Hacke vorn auftippen
 &3-4 LF an RF heransetzen (etwas nach vorn) RF Schritt nach vorn, LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF
 5&6 RF Schritt nach hinten, LF über RF einkreuzen, RF Schritt nach hinten
 7&8 1/4 Linksdrehung, LF Schritt nach links (6 Uhr) RF an LF heransetzen, LF Schritt nach links

HEEL GRIND TURNING 1/4 R, COASTER STEP, LOCKING SHUFFLE FORWARD, KICK-BALL-STEP

1-2 Rechte Hacke vorn aufsetzen (Fußspitze zeigt nach links) 1/4 Rechtsdrehung, LF Schritt nach hinten (rechte Fußspitze nach rechts drehen) (9 Uhr)
 3&4 RF Schritt nach hinten, LF an RF heransetzen, RF kleinen Schritt nach vorn
 5&6 LF Schritt nach vorn, RF hinter LF einkreuzen, LF Schritt nach vorn

(Restart: In der 9. Runde - Richtung 9 Uhr - hier abrechnen und von vorn beginnen)

7&8 RF nach vorn kicken, RF an LF heransetzen, LF Schritt nach vorn

Wiederholung bis zum Ende

Tag/Brücke (nach Ende der 2. und 6. Runde - 6 Uhr)

ROCK FORWARD, SHUFFLE BACK TURNING 1/2 R, ROCK FORWARD, SHUFFLE BACK TURNING 1/2 L

1-2 RF Schritt nach vorn, LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF
 3&4 1/4 Rechtsdrehung, RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen, 1/4 Rechtsdrehung RF Schritt nach vorn (12 Uhr)
 5-6 LF Schritt nach vorn, RF etwas anheben, Gewicht zurück auf RF
 7&8 1/4 Linksdrehung, LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen, 1/4 Linksdrehung, LF Schritt nach vorn (6 Uhr)