



I'M BORED

32 Count / 4 Wall / Beginner

Choreographie: Ole Jacobson & Nina K.
Music: I'm Bored von Amber Lawrence
überarbeitet von: Marlis Wolter

Intro: Beginne auf den Gesang

WALK, WALK, SHUFFLE FORWARD, STEP 1/4 TURN RIGHT, SHUFFLE A CROSS

1-2 RF Schritt nach vorn, LF Schritt nach vorn
3&4 RF Schritt nach vorn, LF an RF heransetzen, RF Schritt nach vorn
5-6 LF Schritt nach vorn – 1/4 Rechtsdrehung
7&8 LF weit über RF kreuzen, RF an LF heransetzen, LF weit über RF kreuzen

SWAY, SWAY, BEHIND, SIDE, CROSS, SWAY, SWAY, SAILOR TURN 1/4 LEFT

1 RF Schritt nach rechts und Hüfte nach rechts schwingen
2 Gewicht auf LF verlagern und Hüfte nach links schwingen
3&4 RF hinter LF absetzen, LF Schritt nach links, RF über LF kreuzen
5 LF Schritt nach links und Hüfte nach links schwingen
6 Gewicht auf RF verlagern und Hüfte nach rechts schwingen
7&8 1/4 Linksdrehung, LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach vorn

HEEL FORWARD, TOE BACK, SHUFFLE FORWARD, PIVOT TURN 1/2 RIGHT, SHUFFLE FORWARD

1-2 rechte Ferse vorn auftippen, rechte Fußspitze hinten auftippen
3&4 RF Schritt nach vorn, LF an RF heransetzen, RF Schritt nach vorn
5-6 LF Schritt nach vorn, 1/2 Rechtsdrehung auf bd Ballen
7&8 LF Schritt nach vorn, RF an LF heransetzen, LF Schritt nach vorn

ROCKING CHAIR, JAZZBOX WITH 1/4 TURN RIGHT

1-2 RF Schritt nach vorn, Gewicht zurück auf LF
3-4 RF Schritt nach hinten, Gewicht zurück auf LF
5-6 RF über LF kreuzen, 1/4 Rechtsdrehung, LF Schritt zurück
7-8 RF Schritt nach rechts, LF Schritt nach vorn

Tanz beginnt wieder von vorn