

Just For Today

4 muurs lijdans

Samba, Shuffles (cuban hip motion)

- 1 rust
& RV stap voor LV, duw heup Re
2 LV stap en wieg opzij, duw heup Li
& RV wieg terug, duw heup Re
3 rust
& LV stap voor RV, duw heup Li
4 RV stap en wieg opzij, duw heup Re
& LV wieg terug, duw heup Li
5 RV stap voor, draai bovenlichaam op diagonaal Li
& LV trek bij
6 RV stap voor
7 LV stap voor, draai bovenlichaam op diagonaal Re
& RV trek bij
8 LV stap voor

Basic Mambo (cuban hip motion)

- 9 rust
& RV stap en wieg voor, duw heup Re
10 LV wieg achter, duw heup Li
& RV stap naast LV, duw heup Re
11 rust
& LV stap en wieg achter, duw heup Li
12 RV wieg voor, duw heup Re
& LV stap naast RV, duw heup Li
13 rust
& RV stap en wieg voor, duw heup Re
14 LV wieg achter, duw heup Li
& RV stap naast LV, duw heup Re
15 rust
& LV stap en wieg achter, duw heup Li
16 RV wieg voor, duw heup Re
& LV stap naast RV, duw heup Li

Side Mambo, Basic Mambo (Turn) (cuban hip motion)

- 17 rust
& RV stap en wieg opzij, duw heup Re
18 LV wieg terug, duw heup Li
& RV stap naast LV, duw heup Re
19 rust
& LV stap en wieg opzij, duw heup Li
20 RV wieg terug, duw heup Re
& LV stap naast RV, duw heup Li
21 rust
& RV stap en wieg voor, duw heup Re
22 LV wieg achter, duw heup Li
& RV stap naast LV **met** 1/4 draai Re, duw heup Re
23 rust
& LV stap en wieg achter, duw heup Li
24 RV wieg voor, duw heup Re
& LV stap naast RV, duw heup Li

Heel, Ball-Cross, Side Toe Switches

- 25 RV tik hak schuin Re voor
& RV stap op teen naast LV
26 LV kruis voor RV
27 RV tik hak schuin Re voor
& RV stap op teen naast LV
28 LV kruis voor RV
29 RV tik teen opzij
& RV stap naast LV
30 LV tik teen opzij
& LV stap naast RV
31 RV tik teen opzij
& RV stap naast LV
32 LV tik teen opzij

Sailor Steps

- 33 rust
& LV kruis achter RV
34 RV stap en wieg iets achter en opzij op teen
& LV wieg terug
35 rust
& RV kruis achter LV
36 LV stap en wieg iets achter en opzij op teen
& RV wieg terug
37 rust
& LV kruis achter RV
38 RV stap en wieg iets achter en opzij op teen
& LV wieg terug
39 rust
& RV kruis achter LV
40 LV stap en wieg iets achter en opzij op teen
& RV wieg terug

Heel, Ball-Cross (Turn), Side Toe Switches

- 41 LV tik hak voor
& LV stap op teen naast RV
42 RV kruis voor LV
43 LV tik hak voor **na** 1/4 draai Li
& LV stap op teen naast RV
44 RV kruis voor LV
45 LV tik teen opzij **na** 1/4 draai Li
& LV stap naast RV
46 RV tik teen opzij
& RV stap naast LV
47 LV tik teen opzij
& LV stap naast RV
48 RV tik teen opzij

Sailor Steps

- 49 rust
& RV kruis achter RV
50 LV stap en wieg iets achter en opzij op teen
& RV wieg terug
51 rust
& LV kruis achter LV
52 RV stap en wieg iets achter en opzij op teen
& LV wieg terug
53 rust
& RV kruis achter RV
54 LV stap en wieg iets achter en opzij op teen
& RV wieg terug
55 rust
& LV kruis achter LV
56 RV stap en wieg iets achter en opzij op teen
& LV wieg terug

Double Heel Into Heel Switches

- 57 RV tik hak voor
58 RV tik hak nogmaals voor
& RV stap naast LV
59 LV tik hak voor
60 LV tik hak nogmaals voor
& LV stap naast RV
61 RV tik hak voor
& RV stap naast LV
62 LV tik hak voor
& LV stap naast RV
63 RV tik hak voor
64 RV tik hak nogmaals voor

1

begin opnieuw

Muziek : Clay Walker
Titel : Live, Laugh, Love
Tempo : 100 tellen/minuut
Niveau : 2
Chor. : Tonny van Donk© (22-12-2000)

