

Through The Grapevine



Description: 2 Wall Low-Int. Line Dance / 32 Counts / Smooth - West Coast Swing
Music: I Heard It Through The Grapevine by Michael McDonald
Choreographed by: Ronald "RONNIE" Grabs

Counts Step Description

FWD. WALK-WALK / ENGLISH CROSS / SIDE ROCK / BEHIND-SIDE-CROSS

- 1,2 RF nach vorn setzen, LF nach vorn setzen,
&3-4 1/8 Drehung nach L ausführen und RF diag. nach R vorn (12:00) setzen,
LF vor RF gekreuzt absetzen, 1/8 Drehung nach R ausführen und RF nach vorn setzen,
5,6 LF zur L Seite setzen und belasten, das Gewicht auf RF verlagern,
7&8 LF hinter RF gekreuzt absetzen, RF zur R Seite setzen, LF vor RF gekreuzt absetzen,

SWAY R / SWAY L / SAILOR STEP / SAILOR 1/4 TURN L

- 1-2 RF zur R Seite absetzen und die Hüfte zur R Seite schwingen und diese Position halten,
3-4 die Hüfte zur L Seite schwingen und das Gewicht auf LF verlagern und diese Position halten,
Anmerkung: Ihr könnt auch mit der Hüfte 4-mal schwingen oder nur einmal langsam oder mit der Hüfte kreisen. Lasst Euch was einfallen ... seid flexibel!
5&6 RF hinter LF gekreuzt absetzen, LF zur L Seite setzen, RF diagonal nach R vorn setzen,
7&8 LF hinter RF gekreuzt absetzen, 1/4 Drehung nach L ausführen und RF an LF heran setzen,
LF nach vorn setzen,

FWD. WALK-WALK / ANCHOR STEP / STEPPING 3/4 TURN L / SAILOR STEP

- 1,2 RF nach vorn setzen, LF nach vorn setzen,
3&4 RF hinter LF gekreuzt absetzen und belasten, das Gewicht auf LF verlagern,
RF etwas nach hinten setzen,
5,6 1/2 Drehung nach L ausführen und LF nach vorn setzen,
1/4 Drehung nach L ausführen und RF zur R Seite absetzen,
7&8 LF hinter RF gekreuzt absetzen, RF zur R Seite setzen, LF diagonal nach L vorn setzen,

CROSS ROCK / SWEEP-SAILOR 1/2 TURN R / CROSS-HOLD / SIDE MAMBO-TOUCH

- 1,2 RF vor LF gekreuzt absetzen und belasten, das Gewicht auf LF verlagern,
3&4 mit R Fußspitze in einem großen Halbkreis nach hinten schwingen
und mit 1/2 Drehung nach R beginnen und RF hinter LF gekreuzt absetzen,
die 1/2 Drehung nach R beenden und LF an RF heran setzen, RF diag. nach R vorn setzen,
5-6 LF vor RF gekreuzt absetzen und diese Position halten,
7&8 RF zur R Seite setzen und belasten, das Gewicht auf LF verlagern,
R Fußspitze neben LF auf den Boden tippen,

Der Tanz beginnt von vorn