

The Trail

Choreograaf : Judy Mc Donald
Soort Dans : 2 muurs lijn dans
Tellen : 64
Info : 169 Bpm – Intro 64 tellen (*Instrumentaal gedeelte*) – Begin bij zang
Muziek : “Trail of Tears” by Billy Ray Cyrus

1-8 R Sugarfoot – Heel, Hook Combination

- 1 RV tik teen naast LV (knie naar binnen)
- 2 RV tik hiel naast LV (tenen naar rechts)
- 3 RV kruis voor L-knie
- 4 RV tik hiel naast LV (tenen naar rechts)
- 5 RV kruis voor L-knie
- 6 RV tik hiel naast LV (tenen naar rechts)
- 7 RV tik teen naast LV (knie naar binnen)
- 8 RV stap naast LV

9-16 L Sugarfoot – Heel, Hook Combination

- 1 LV tik teen naast RV (knie naar binnen)
- 2 LV tik hiel naast RV (tenen naar links)
- 3 LV kruis voor R-knie
- 4 LV tik hiel naast RV (tenen naar links)
- 5 LV kruis voor R-knie
- 6 LV tik hiel naast RV (tenen naar links)
- 7 LV tik teen naast RV (knie naar binnen)
- 8 LV stap naast RV

17-24 R Swivel, L Swivel

- 1 RV draai hakken naar R
- 2 RV draai tenen naar R
- 3 RV draai hakken naar R
- 4 RV draai tenen naar R
- 5 LV draai hakken naar R
- 6 LV draai tenen naar R
- 7 LV draai hakken naar R
- 8 LV draai tenen naar R

25-32 Knee Pops (2 Slow, 4 Fast)

- 1 RV draai knie naar binnen, L knie terug
- 2 rust
- 3 RV draai knie naar binnen, L knie terug
- 4 rust
- 5 RV draai knie naar binnen, L knie terug
- 6 LV draai knie naar binnen, R knie terug
- 7 RV draai knie naar binnen, L knie terug
- 8 LV draai knie naar binnen, R knie terug

Tag + Restart in muur 7

33-40 R Heel Fwd, Clap, Toe Back, Clap,

Pivot ½, Pivot ¼ Turn L

- 1 RV tik hak voor
- 2 rust, klap in de handen
- 3 RV tik teen achter
- 4 rust, klap in de handen
- 5 RV stap voor
- 6 R+L draai ½ Li-om (gewicht op LV)
- 7 RV stap voor
- 8 R+L draai ¼ Li-om (gewicht op LV)

41-48 R Heel Fwd, Clap, Toe Back, Clap,

Pivot ½, Pivot ¼ Turn L

- 1 RV tik hak voor
- 2 rust, klap in de handen
- 3 RV tik teen achter
- 4 rust, klap in de handen
- 5 RV stap voor
- 6 R+L draai ½ Li-om (gewicht op LV)
- 7 RV stap voor
- 8 R+L draai ¼ Li-om (gewicht op LV)

49-56 Jackie Gleason (R, L)

- 1 RV stap voor
- 2 LV brush (veeg hak op de vloer) voor
- 3 LV brush kruis voor R-knie
- 4 LV brush voor
- 5 LV stap voor
- 6 RV brush voor
- 7 RV brush kruis voor L-knie
- 8 RV brush voor

57-64 R Rocking Chair (x2).

- 1 RV stap voor
- 2 LV gewicht terug op LV
- 3 RV stap achter
- 4 LV gewicht terug op LV
- 5 RV stap voor
- 6 LV gewicht terug op LV
- 7 RV stap achter
- 8 LV gewicht terug op LV

Begin opnieuw

Tag +Restart

In muur 7, na tel 32 voeg nog 4 Knee Pop bij en begin de dans opnieuw.