

# Sleep

32 Count, 4 Wall, Improver



**Choreographie:**

Kate Sala

**Musik:**

Sleep - 102/204 bpm

01/2015

Allen Stone

## **Side R, Cross L, Side R, Together L, Step fwd. R, Side L, Cross R, Side L, Together R, Step fwd. L**

- 1, 2 RF Schritt nach rechts, LF vor RF kreuzen
- 3+4 RF Schritt nach rechts, LF an RF heran setzen, RF Schritt nach vorn
- 5, 6 LF Schritt nach links, RF vor LF kreuzen
- 7+8 LF Schritt nach links, RF an LF heran setzen, LF Schritt nach vorn \*

Tanze hier die Brücke in der 3. (6:00) und 6. (12:00) Wand, dann beginne von vorn

## **Rock fwd. R, Recover, Coaster Step R, Step Turn 1/4 R, Cross Shuffle**

- 1, 2 RF Schritt nach vorn, Gewicht zurück auf LF
- 3+4 RF Schritt zurück, LF an RF heran setzen, RF Schritt nach vorn
- 5, 6 LF Schritt nach vorn, 1/4 Drehung rechts herum (face 3:00)
- 7+8 LF vor RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF vor RF kreuzen

## **Side R, Touch, Side L, Touch, Back R, Touch fwd. L, Together L, Step Turn 1/2 L, Step Turn 1/2 L**

- 1+2+ RF Schritt nach rechts, LFSp neben RF auf tippen, LF Schritt nach links, RFSp neben LF auf tippen
- 3+4 RF Schritt zurück, LFSp vorn auf tippen, LF an RF heran setzen
- 5, 6 RF Schritt nach vorn, 1/2 Drehung links herum (face 9:00)
- 7, 8 RF Schritt nach vorn, 1/2 Drehung links herum (face 3:00)

## **Shuffle fwd. R, Mambo Step fwd. L, Back R, Back L, Sailor Step R &**

- 1+2 RF Schritt nach vorn, LF neben RF absetzen, RF Schritt nach vorn
- 3+4 LF Schritt nach vorn, Gewicht zurück auf RF, LF Schritt zurück
- 5, 6 RF Schritt zurück, LF Schritt zurück \*\*
- 7+8 RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF Schritt nach rechts und leicht nach vorn
- + LF an RF heran setzen

Tanz beginnt von vorne

\*Tag/Brücke in der 3. (6:00) und 6. (12:00) Wand / RESTART

## **Rocking Chair**

- 1, 2 RF Schritt nach vorn, Gewicht zurück auf LF
- 3, 4 RF Schritt zurück, Gewicht nach vorn auf LF