



Easy Does It

Koreografert av **Cato Larsen** (4. April 2005)

www.western-entertainment.no

email: cato@western-entertainment.no

Mob: 905 60 948



Beskrivelse: 16 Takter, 4 Wall Line Dance.

Nivå: Lett Nybegynner.

Musikk: The Anthem – NG3.

CD: NG3 – As Nasty As We Wanna Be (Sept. 2003).

Intro: Start ved vokalen etter 16 taktslag med kraftige beat (29 sekunder).

Alt: School's Out – A*Teens.

Motion: Funk.

BPM: 96

Note: Denne dansen passer perfekt til barnepartier, eller som en partydans til private sammenkomster som utdrikningslag, bursdager og lignende. Den passer godt til det meste av moderne funk musikk.

1 – 8 **Walk forward, Mambo Rock, Point, 1/4 turn, Head turn, Together, Side.**

1,2 Step fram på høyre (1), Step fram på venstre (2).

3&4 Step fram på høyre (3), Rock (recover) tilbake igjen på venstre (&), Step bak på høyre (4).

5,6 Point venstre tå bak (5), Snu overkroppen (ikke hodet) 90 grader til venstre (6).

7&8 Snu hodet 90 grader til venstre (7), Step høyre inntil venstre (&), Step venstre til venstre (8).

9 – 16 **Back, Tap, Forward, Out, Punch arms forward, Hip Thrust.**

1,2 Step bak på høyre (1), Tap venstre tå i front (2), Step fram på venstre (3).

3,4 Step høyre litt til høyre (4).

Arms: Strekk venstre arm rett fram (1), Sving (gre) høyre arm over hodet (2).

5,6 Strekk høyre arm fram (5), Strekk venstre arm fram (6).

(Som om du skulle ta tak i hoftene på en som sto foran deg).

7,8 Push pelvis (hoftene) fram og tilbake 2 ganger (7,8).

Start again – Smile!