



Undressed

Koreografert av **Cato Larsen**

(Mai 2002)

www.western-entertainment.no

email: cato@western-entertainment.no

Mob: 905 60 948



Beskrivelse: 80 Takter, 2 + 2 Wall Line Dance.
Nivå: Advanced
Musikk: Undressed - Sarah Connor.
CD: Sarah Connor - Green Eyed Soul (2002)
Intro: Start dansen ved vokalen etter 15 sekunder.
Motion: Funk
BPM: 93

- 1 – 8** **1/2 Monterey Turn, Rock & Cross, Point, Hip Bumps, Cross, 1/4 Turn, Step.**
1,2 Touch høyre tå til høyre (1), Pivot 180 grader mot høyre og Step høyre inntil venstre (2).
3&4 Step venstre til venstre (3), Rock (recover) tilbake igjen på høyre (&), Step venstre i kryss over høyre (4).
5&6 Point høyre tå til høyre og vrikk hoftene diagonalt fram til høyre 2x (5,6).
7 & Step høyre i kryss bak venstre (7), Step venstre 90 grader til venstre (&).
8 Step fram på høyre (8).
- 9 – 16** **Rock Step, Coaster Step, Kick, Out-Out, Jump Cross-Out-In.**
1,2 Step fram på venstre (1), Rock tilbake på høyre (2).
3&4 Step bak på venstre (3), Step høyre inntil venstre (&), Step fram på venstre (4).
5&6 Kick høyre fram (5), Step høyre litt til høyre (&), Step venstre litt til venstre (6).
7 Hopp med bena der høyre krysser over venstre (7).
&8 Hopp ut med begge ben (&), Hopp sammen med begge ben (8).
- 17 – 24** **Slide & Cross, Slide & Cross, Side, Together, Chasse right.**
1& Step høyre langt til høyre (1), Slide venstre etter høyre og Step litt bak på venstre (&).
2,3 Step høyre i kryss over venstre (2), Step venstre langt til venstre (3).
&4 Slide høyre etter venstre og Step litt bak på høyre (&), Step venstre i kryss over høyre (4).
5,6 Step høyre til høyre side (5), Step venstre inntil høyre (6).
7&8 Step høyre til høyre side (7), Step venstre inntil høyre (&), Step høyre til høyre (8).
- 25 – 32** **Slide & Cross, Slide & Cross, Side, Together, Chasse left with 1/4 turn.**
1& Step venstre langt til venstre (1), Slide høyre etter og Step litt bak på høyre (&).
2,3 Step venstre i kryss over høyre (2), Step høyre langt til høyre (3).
&4 Slide venstre etter og Step litt bak på venstre (&), Step høyre i kryss over venstre (4).
5,6 Step venstre til venstre (5), Step høyre inntil venstre (6).
7&8 Step venstre til venstre (7), Step høyre inntil venstre (&), Step venstre 90 grader til venstre (8).
- 33 – 40** **Hitch & Heel & Toe & Jump Out-In, Step, 1/2 Turn, Jumping Jack's.**
1&2 Hitch høyre kne (1), Step høyre inntil venstre (&), Touch venstre hel fram (2).
&3 Step venstre inntil høyre (&), Touch høyre tå inntil venstre (3).
& Hopp med begge ben en skulderbreddes avstand fra hverandre (&),
4 Hopp sammen med bena igjen (4).
5,6 Step fram på høyre (5), Pivot 180 grader mot venstre (6).
7 Hopp diagonalt fram på høyre ben samtidig som du Slider venstre diagonalt bak til venstre (7).
& Slide høyre litt bakover og Hitch venstre (&).
8 Hopp diagonalt fram på venstre ben samtidig som du Slider høyre diagonalt bak til høyre (8).
& Slide venstre litt bakover og Hitch høyre (&).

- 41 – 48 Step forward with Hip Bumps, Step, 1/2 Turn, Step, Rock & 1/4 Turn.**
1&2 Step fram på høyre og Vrikk hoftene diagonalt til høyre, senter, høyre (1&2).
3&4 Step fram på venstre og Vrikk hoftene diagonalt til venstre, senter, venstre (3&4).
5&6 Step fram på høyre (5), Pivot 180 grader mot venstre (&), Step fram på høyre (6).
7&8 Step fram på venstre (7), Rock tilbake på høyre (&), Step venstre 90 grader til venstre (8).
- 49 – 56 Hitch & Heel & Toe & Jump Out-In, Step, 1/2 Turn, Jumping Jack's.**
1&2 Hitch høyre kne (1), Step høyre inntil venstre (&), Touch venstre hel fram (2).
&3 Step venstre inntil høyre (&), Touch høyre tå inntil venstre (3).
& Hopp med begge ben en skulderbreddes avstand fra hverandre (&).
4 Hopp sammen med bena igjen (4).
5,6 Step fram på høyre (5), Snu (swivel) 180 grader mot venstre (6).
7 Hopp diagonalt fram på høyre ben samtidig som du slider venstre diagonalt bak til venstre (7).
& Slide høyre litt bakover og Hitch venstre (&).
8 Hopp diagonalt fram på venstre ben samtidig som du slider høyre diagonalt bak til høyre (8).
& Slide venstre litt bakover og Hitch høyre (&).
- 57 – 64 Step forward with Hip Bumps, Step, 1/2 Turn, Step, Rock & 1/4 Turn.**
1&2 Step fram på høyre og Vrikk hoftene diagonalt til høyre, senter, høyre (1&2).
3&4 Step fram på venstre og Vrikk hoftene diagonalt til venstre, senter, venstre (3&4).
5& Step fram på høyre (5), Rock tilbake på venstre (&).
6 Pivot 180 grader mot høyre og Step fram på høyre (6).
7,8 Snu 90 grader mot høyre og Step venstre til venstre (7), Touch høyre tå inntil venstre (8).
- 65 – 72 Hip bumps & Side Steps.**
1,2 Step høyre til høyre og Vrikk hoftene til høyre (1), Vrikk hoftene til venstre (2).
3&4 Vrikk hoftene til høyre (3), Step venstre inntil høyre (&), Step høyre til høyre (4).
5,6 Vrikk hoftene til venstre (5), Vrikk hoftene til høyre (6).
7& Vrikk hoftene til venstre og Step venstre til venstre (7), Step høyre inntil venstre (&).
8 Step venstre til venstre (8).
- 73 – 80 Kick Ball Cross, Lunge, Rock & Kick, Sailor 1/4 Turn right, 1/4 Turn, Point.**
1& Kick høyre diagonalt fram mot høyre (1), Step høyre inntil men litt bak venstre (&).
2,3 Step venstre i kryss over høyre (2), Lunge diagonalt fram mot høyre på høyre ben (3).
4 Push vekten over til venstre og Kick høyre diagonalt fram (4).
5&6 Step høyre i kryss bak venstre (5), Step venstre litt bak (&), Step høyre 90 grader mot høyre (6).
7,8 Snu 90 grader mot høyre og Step venstre til venstre (7), Point høyre tå i kryss bak venstre (8).

Restart: **I den 3. runden er det en restart!**
Dansen restartes etter de første 20 taktslagene (Slide & Cross) i den 3. runden:

START AGAIN ~ SMILE