

AM To PM

64 takter 4 Wall, Advanced Line Dance.

Koreograf: Rob Fowler & Paul McAdam (2002).

Musikk: AM To PM - Christina Milian

CD: Christina Milian - Christina Milian

Alt:

Intro: Start dansen ved vokalen etter 32 taktslag med kraftige beat (36 sekunder).

Motion: Funk.

Tempo: 105 BPM.

SOD Speed of Dance: Medium Fast.

Videolink: https://www.youtube.com/watch?v=aTtl_8azWWY



1 - 8	Full Monterey Turn, Side Rock & Cross, Point, Turn, Flick, Step, Swivel 1/2 turn left.	
1,2	Touch høyre tå til høyre (1), Snu 360 grader mot høyre og Step høyre inntil venstre (2).	12:00
3&4	Step venstre til venstre (3), Rock tilbake på høyre (&), Step venstre i kryss over høyre (4).	
&5	Touch høyre tå til høyre (&), Snu 90 grader mot venstre og Flikk høyre fot opp og bak (5).	09:00
6	Step fram på høyre (6).	
7&8	Swivel helene høyre, venstre, høyre samtidig som du snur totalt 180 grader mot venstre (7&8).	03:00

9 - 16	Coaster Step, Kick forward & back, 1/4 turn & Hitch, Step, Toe Switches, Hel Swivels.	
1&2,3&	Coaster Step bak på venstre (1&2), Kick høyre fram (3), Kikk høyre rett bakover og (&).	
4&	Snu 90 grader mot høyre og Hitch høyre (4), Step ned på høyre (&).	06:00
5&6	Touch venstre tå til venstre (5), Step venstre inntil høyre (&), Touch høyre tå til høyre (6).	
7	Touch høyre tåballe fram med helen pekende mot venstre (7).	
&8	Swivel høyre hel mot høyre (&), Swivel høyre hel til senter (8).	

17 - 24	Look Up & Down, Kick, Coaster Step with 1/4 Turn & Cross & Cross, Kick, Cross, Unwind.	
&1,2	Bøy hodet ned (&), Løft hodet opp igjen (1), Kick høyre fot fram (2).	
3&	Step bak på høyre (3), Step venstre inntil høyre (&).	
4	Snu 90 grader mot høyre på venstre tåballe og Step høyre i kryss over venstre (4).	09:00
&5	Step venstre til venstre (&), Step høyre i kryss over venstre (5).	
6,7	Kick venstre diagonalt fram til venstre (6), Step venstre i kryss over høyre (7).	
8	Unwind 3/4 Turn mot høyre (8).	06:00

25 - 32	Out-Out, Knee Pops, Rolling Vine left, Travelling Apple Jacks.	
&1	Step høyre diagonalt bak til høyre (&), Step venstre litt til venstre side (1).	
2	Pop høyre kne inn mot venstre kne (2).	
3&4	Pop høyre kne ut til høyre (3), Pop høyre kne inn (&), Pop høyre kne ut (4).	
5	Step venstre 90 grader til venstre (5).	03:00
6	Pivot 180 grader mot venstre på venstre tåballe og Step bak på høyre (6).	09:00
7	Snu 90 grader mot venstre og Step venstre til venstre med begge tærne pekende kl. 1 og 11 (7).	06:00
&	Swivel venstre hel mot venstre og høyre tå mot venstre (&).	
8	Swivel venstre tå og høyre hel mot venstre (8).	

33 - 40	Turning Steps (Diamond Shape).	
1,2	Step høyre diagonalt fram til høyre (1), Snu 90 grader mot venstre og Touch venstre inntil høyre (2).	04:30
3,4	Step venstre diagonalt bak til venstre (3), Snu 90 grader mot venstre og Touch høyre inntil venstre (4).	01:30
5,6	Step høyre diagonalt fram til høyre (5), Snu 90 grader mot venstre og Touch venstre inntil høyre (6).	07:30
7,8	Step venstre diagonalt bak til venstre (7), Snu 90 grader mot venstre og Touch høyre inntil venstre (8).	06:00

41 - 48 Skate, Smooth Shuffle right, Cross Rock, 1/4 turn, Full turn Pencil Spinn.

1,2	Skate høyre diagonalt fram til høyre (1), Skate venstre diagonalt fram til venstre (2).	
3&4	Shuffle smooth til høyre side h,v,h (3&4).	
5,6	Step venstre i kryss over høyre (5), Rock (recover) tilbake igjen på venstre (6).	
7	Step venstre 90 grader til venstre (7).	03:00
8	Snu (spinn) 360 grader mot venstre på tåballen av venstre og Touch høyre inntil venstre (8).	03:00

Tag: *Etter den 4. veggen gjøres følgende:*

Begynn dansen på ny som vanlig, men etter 16 taktslag plasserer du armene ned langs sidene og løft dem opp mot hodet i det du hører "rislignen" i musikken. Dette tar 4 taktslag med musikk.

Start så dansen på nytt.