

Lento

32 takter 2 wall, Improver Linedance.

Koreograf: Ira Weisburd & Raymond Sarlemijn (Desember 2018).

Musikk: Lento - Rudy Mancuso.

CD:

Intro: Start dansen ved vokalen etter 16 taktslag (13 sekunder).

Motion: Novelty. (Just for fun).

Tempo: 82 BPM.

SOD: Speed of Dance: Normal.

Videolink: <https://www.youtube.com/watch?v=gCIQxsY70R8>



1 - 8	Reverse Rumba Box, Mambo Step, Back Mambo 1/2 turn.	
1&2	Step høyre til høyre side (1), Step venstre inntil høyre (&), Step fram på høyre (2).	12:00
3&4	Step venstre til venstre side (3), Step høyre inntil venstre (&), Step fram på venstre (4).	
5&6	Step fram på høyre (5), Rock (recover) tilbake igjen på venstre (&), Step bak på høyre (6).	
7&	Step bak på venstre (7), Rock (recover) fram igjen på høyre (&).	
8	Snu (pivot) 180 grader mot høyre og Step bak på venstre (8).	06:00
9 - 16	Coaster Step, Side Rock & Cross, Point, Flick & Turn, Step, Mambo Step.	
1&2	Step bak på høyre (1), Step venstre inntil høyre (&), Step fram på høyre (2).	
3&	Step venstre til venstre side (3), Rock (recover) tilbake igjen på høyre (&).	
4	Step venstre i kryss over høyre (4).	
5&	Point høyre tå til høyre side (5), Flick høyre fot opp bakover og Snu 90 grader mot venstre (&).	03:00
6	Step fram på høyre (6).	
7&8	Step fram på venstre (7), Rock (recover) tilbake igjen på høyre (&), Step bak på venstre (8).	
17 - 24	Back Mambo 1/4 turn, Sailor 1/4 turn, Weave, Sweep, Weave.	
1&	Step bak på høyre (1), Rock (recover) fram igjen på venstre (&).	
2	Snu (pivot) 90 grader mot venstre og Step høyre til høyre side (2).	12:00
3&	Step venstre i kryss bak høyre (3), Snu 90 grader mot venstre og Step høyre inntil venstre (&).	09:00
4	Step litt fram på venstre (4).	
5&6	Step høyre i kryss over venstre (5), Step venstre til venstre side (&), Step høyre i kryss bak h (6).	
&	Sweep venstre fot ut og rundt bakover (&).	
7&8	Step venstre i kryss bak høyre (7), Step høyre til høyre side (&), Step venstre i kryss over h. (8).	
25 - 32	Diamond shape pattern.	
1	Step høyre diagonalt fram til høyre (1).	12:00
&	Snu 90 grader mot høyre og Step venstre til venstre side (&), Step bak på høyre (2).	12:00
3&4	Step bak på venstre (3), Step høyre til høyre side (&), Step fram på venstre (4).	12:00
5&	Step fram på høyre (5), Snu 90 grader mot høyre og Step venstre til venstre side (&).	03:00
6	Step bak på høyre (6).	
7&	Step bak på venstre (7), Snu 90 grader mot høyre og Step høyre til høyre side (&).	06:00
8	Step venstre i kryss over høyre (8).	