

A Better Day

Choreographie: José Miguel Belloque Vane & Mary Bee Friedrich

Beschreibung:	32 count, 4 wall, improver line dance; 0 restarts, 1 tag
Musik:	Kernkraft 400 (A Better Day) von Topic & A7S
Hinweis:	Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen

S1: Step, touch behind, back, hook, shuffle forward, rock forward

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts - Linke Fußspitze hinter rechtem Fuß auftippen
- 3-4 Schritt nach hinten mit links - Rechten Fuß anheben und vor linkem Schienbein kreuzen
- 5&6 Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach vorn mit rechts
- 7-8 Schritt nach vorn mit links - Gewicht zurück auf den rechten Fuß

S2: ¼ turn l, hold & side & side, rock across, rock side

- 1-2 ¼ Drehung links herum und Schritt nach links mit links - Halten (9 Uhr)
- &3 Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links
- &4 Wie &3
- 5-6 Rechten Fuß über linken kreuzen - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 7-8 Schritt nach rechts mit rechts - Gewicht zurück auf den linken Fuß

S3: Rock back, shuffle forward turning ½ l, rock back, kick-ball-step

- 1-2 Schritt nach hinten mit rechts - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 3&4 ¼ Drehung links herum und Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen, ¼ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts (3 Uhr)
- 5-6 Schritt nach hinten mit links - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 7&8 Linken Fuß nach vorn kicken - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach vorn mit rechts

S4: Step, hold & step, scuff, jazz box

- 1-2 Schritt nach vorn mit links - Halten
- &3-4 Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach vorn mit links - Rechten Fuß nach vorn schwingen, Hacke am Boden schleifen lassen
- 5-6 Rechten Fuß über linken kreuzen - Schritt nach hinten mit links
- 7-8 Schritt nach rechts mit rechts - Schritt nach vorn mit links

Wiederholung bis zum Ende

Tag/Brücke (nach Ende der 5. Runde - 3 Uhr)

Step, touch behind, back, hook

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts - Linke Fußspitze hinter rechtem Fuß auftippen
- 3-4 Schritt nach hinten mit links - Rechten Fuß anheben und vor linkem Schienbein kreuzen