

## Just Hold Me

Choreographie: Shane McKeever & Niels Poulsen

<b>Beschreibung:</b>	54 count, 1 wall, intermediate/advanced line dance; 1 restart, 0 tags
<b>Musik:</b>	<b>Hold Me</b> von Teddy Swims
<b>Hinweis:</b>	Der Tanz beginnt fast sofort auf 'On the <b>nights</b> ' Der Tanz beginnt mit S3, Richtung 6 Uhr

### S1: ¼ turn r, step-pivot ½ r-step, ½ turn l-½ turn l-½ turn l, behind-side-cross, ⅛ turn l/run 2

- 1-2& ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts - Schritt nach vorn mit links und ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (9 Uhr)
- 3-4& Schritt nach vorn mit links - ½ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts sowie ½ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links
- 5-6& ½ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts - Linken Fuß im Kreis nach hinten schwingen, hinter rechten kreuzen und Schritt nach rechts mit rechts (3 Uhr)
- 7-8& Linken Fuß über rechten kreuzen - Rechtes Knie anheben in eine ⅛ Drehung links herum und 2 kleine Schritte nach vorn (r - l) (1:30)

### S2: Rock forward & step, pivot ½ r, ½ turn l/kick, ¼ turn l-¼ turn l-⅛ turn l, rock across

- 1-2& Schritt nach vorn mit rechts - Gewicht zurück auf den linken Fuß und rechten Fuß an linken heransetzen
- 3-4 Schritt nach vorn mit links - ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (7:30)
- 5-6& ½ Drehung links herum auf dem rechten Ballen/linken Fuß nach vorn kicken - ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links sowie ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit rechts
- 7-8& ⅛ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links - Rechten Fuß im Kreis nach vorn schwingen, über linken kreuzen und Gewicht zurück auf den linken Fuß (6 Uhr)

### S3: Side/sways, side, behind-cross-side, ⅝ turn r-½ turn r-½ turn r, rock forward

- 1-2 Schritt nach rechts mit rechts/Körper nach rechts schwingen [rechte Hand an linke Hüfte] - Körper nach links schwingen [linke Hand an rechte Hüfte]
- 3-4& Großen Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß hinter rechten und rechten Fuß über linken kreuzen
- 5-6& Schritt nach links mit links - ⅝ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts sowie ½ Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links (7:30)
- 7-8& ½ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts - Schritt nach vorn mit links und Gewicht zurück auf den rechten Fuß (1:30)  
(Hinweis: Keine Armbewegungen in Runde 1, wenn der Tanz hier Richtung 6 Uhr beginnt)

### S4: Rock back-½ turn r-¼ turn r, touch, ½ run around turn l-rock forward-back-½ turn r

- 1-2& Schritt nach hinten mit links - Gewicht zurück auf den rechten Fuß, ½ Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links (7:30)
- 3-4 ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heranziehen/auftippen [Hände zusammen an die rechte Backe, Kopf ruht auf linkem Handrücken] (10:30)
- 5&6& 4 kleine Schritte nach vorn auf einem ½ Kreis links herum (l - r - l - r) (4:30)
- 7& Schritt nach vorn mit links und Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 8& Schritt nach hinten mit links, ½ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts (10:30)

### S5: Step, close, back, behind-¼ turn l-step, close, back, behind-⅜ turn r

- 1-2 Schritt nach vorn mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen [jeweils auf den Zehenspitzen; Arme nach oben und wieder nach unten ziehen]
- 3-4& Schritt nach hinten mit links - Rechten Fuß im Kreis nach hinten schwingen und hinter linken kreuzen sowie ¼ Drehung links herum und Schritt nach links mit links (7:30)
- 5-6 Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen [jeweils auf den Zehenspitzen; Arme nach oben und wieder nach unten ziehen]
- 7-8& Schritt nach hinten mit rechts - Linken Fuß im Kreis nach hinten schwingen und hinter rechten kreuzen sowie ⅜ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts (12 Uhr)  
(Hinweis: Keine Armbewegungen in Runde 1)

### S6: Rock forward-rock side-back-rock behind-rock side-cross-side-behind-side-rock across

- 1& Schritt nach vorn mit links und Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 2& Schritt nach links mit links und Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 3 Schritt nach hinten mit links
- 4& Rechtes Knie anheben, nach hinten drehen, rechten Fuß hinter linken kreuzen und Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 5& Schritt nach rechts mit rechts und Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 6& Rechten Fuß über linken kreuzen und Schritt nach links mit links
- 7& Rechten Fuß hinter linken kreuzen und Schritt nach links mit links
- 8& Rechten Fuß über linken kreuzen und Gewicht zurück auf den linken Fuß  
(Restart: In der 1. Runde - Richtung 12 Uhr - hier abbrechen und von vorn beginnen)

### S7: ¼ turn r, ½ turn r-¼ turn r-touch-arm movements, lunge side

- 1-2& ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links sowie ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach rechts mit rechts
- 3 Linken Fuß an rechten heranziehen/auftippen
- 4& Rechten und dann linken Arm nach vorn
- 5& Arme an den Körper ziehen und um den Oberkörper legen
- 6 Druckvollen Schritt nach links mit links

### Wiederholung bis zum Ende