

Once & Only (De)

LINEDANCE.COM

Count: 64 **Wall:** 2 **Level:** Phrased Improver ECS

Choreographer: Michelle Leupin und Marcel Rohrer (18. Feb. 2016)

Music: "Once And Only" by 77 Bombay Street (134 BPM)

Sequenzen: AB AB BB AA BB AA B

Part A - 32 counts

A[1-8] Chasse R $\frac{1}{4}$ Rock, $\frac{1}{2}$ Shuffle Turn, $\frac{1}{2}$ Shuffle Turn

1&2RF Schritt nach R, LF an RF heran setzen, RF Schritt nach R

3, 4 $\frac{1}{4}$ Drehung links herum (face 9:00) und LF Schritt zurück, Gewicht nach vorn auf RF

5&6 $\frac{1}{2}$ Shuffle Turn mit L, R, L

7&8 $\frac{1}{2}$ Shuffle Turn mit R, L, R

A[9-16] Step Turn $\frac{1}{2}$ R, Kick Ball Step, Step Touch & Heel & Step

1, 2LF Schritt nach vorn, $\frac{1}{2}$ Drehung rechts herum auf RF (face 3:00)

3&4LF Kick nach vorn, LF neben RF abstellen, RF Schritt nach vorn

5, 6LF Schritt nach vorn, RF Touch hinter LF

&7&8RF abstellen, LF Ferse nach vorn, LF an RF abstellen, RF Schritt nach vorn

A[17-24] $\frac{1}{4}$ Drehung L, Figur of 8

1,2 $\frac{1}{4}$ Drehung L, RF vor LF kreuzen

3, 4LF Schritt nach L, RF hinter LF kreuzen

5 $\frac{1}{4}$ Drehung L LF Schritt vor(9:00)

6, 7RF Schritt nach vorn, 1/2 Drehung links herum auf LF(face 3:00)

8 $\frac{1}{4}$ Drehung L RF Schritt nach R

A[25-32] Behind, Side, Cross Shuffle, $\frac{1}{4}$ Turn L, $\frac{1}{4}$ Turn L, Walk R, L

1, 2LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach R

3&4LF vor RF kreuzen, RF Schritt nach R, LF vor RF kreuzen

5, 6 $\frac{1}{4}$ Drehung L mit RF Schritt zurück, $\frac{1}{4}$ Drehung L mit LF Schritt nach R

7, 8RF Schritt nach vorn, LF Schritt nach vorn

Part B - 32 counts

B[1-8] Side Rock R, Behind Side Cross, Step Drag, Rock Back

1, 2RF Rock nach R, Gewicht zurück auf LF

3&4RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach L, RF vor LF kreuzen

5, 6 Langer Schritt nach L mit LF, RF heranziehen

7, 8RF Rock zurück, Gewicht zurück auf LF

B[9-16] $\frac{1}{4}$ Turn, Step Drag, Rock Back, Side Behind, $\frac{1}{4}$ Turn Shuffle forward

1, 2 $\frac{1}{4}$ Drehung L mit langem Schritt nach R mit RF, LF heranziehen

3, 4LF Rock zurück, Gewicht zurück auf RF

5, 6LF Schritt nach L, RF hinter LF kreuzen

7&8 $\frac{1}{4}$ Drehung L LF Schritt nach vorn, RF hinter LF stellen, LF Schritt nach vorn (12:00)

B[17-24] Rock Step R, Coaster Step, Rock Step L, Sailor $\frac{1}{4}$ Turn

1, 2RF Rock nach vorn, Gewicht zurück auf LF

3&4RF Schritt zurück, LF neben RF stellen, RF nach vorn

5, 6LF Rock nach vorn, Gewicht zurück auf RF

7&8LF hinter RF kreuzen, $\frac{1}{4}$ Drehung L mit RF Schritt an Ort, LF kleiner Schritt nach vorn

B[25-32] Step Turn $\frac{1}{2}$ L, Step R, Hold, Step Turn $\frac{1}{4}$ R, Together, Hold

1, 2RF Schritt nach vorn, $\frac{1}{2}$ Drehung L auf LF

3, 4RF Schritt nach vorn, Hold

5, 6LF Schritt nach vorn, $\frac{1}{4}$ Drehung R auf RF

7, 8LF neben RF abstellen, Hold

From The Top

Contact: www.linedancehall.ch

Source: LineDance.com — https://www.linedance.com/index.php?f=dance_view&id=109769