

One Day In Your Life (NL)

LINEDANCE.COM

Count: 64 **Wall:** 4 **Level:** Intermediate

Choreographer: Francien Sittrop (Okt. 2013)

Music: One Day - Caro Emerald. Album: The Shocking Miss Emerald

Intro: Begin na 32 tellen op zang

[1 - 8] Toestruts R & L (You may also use hips), Rocking Chair

1 - 2RV zet teen voor, RV zet hak neer en klik vingers

3 - 4LV zet teen voor , LV zet hak neer en klik vingers

5 - 8RV rock voor, Gewicht terug op LV, RV rock achter, Gewicht terug op LV

[9 - 16] Toestruts R & L(You may also use hips),, Rock fwd Recover, Step Back, Touch fwd

1 - 2RV zet teen voor, RV zet hak neer en klik vingers

3 - 4LV zet teen voor , LV zet hak neer en klik vingers

5 - 6RV rock voor, Gewicht terug op LV

7 - 8RV stap achter, LV tik teen voor en kijk over je rechterschouder en klik vingers

[17-24] Step , Scuff, Jazz Box , Side, Behind

1 - 2LV stap voor, RV scuff voor

3 - 4RV kruis over LV, LV stap achter

5 - 6RV stap opzij, LV kruis over RV

7 - 8RV stap opzij, LV kruis achter RV

[25-32] Side Shuffle, Rock Recover, Side, Behind, ¼ Shuffle fwd

1 & 2RV stap opzij, LV sluit bij, RV stap opzij

3 - 4LV rock achter, Gewicht terug op RV

5 - 6LV stap opzij, RV kruis achter LV

7 & 8^{1/4} Draai linksom stap LV voor , RV sluit bij, LV stap voor (09.00)

****R****

[33-40] Step fwd Recover, Pivot $\frac{1}{4}$ L x2 , Step fwd Touch Behind, Step Back, Heel fwd, Hold

1 - 2RV stap voor, $\frac{1}{4}$ Draai linksom en duw heupen mee

3 - 4RV stap voor, $\frac{1}{4}$ Draai linksom en duw heupen mee (03.00)

5 - 6RV stap voor, LV tik achter RV

&7-8LV stap achter, RV Hak tik voor, Rust

[41-48] Side Mambo's x2, Touch , Hold

1 - 4RV rock opzij, Gewicht terug op LV, RV stap voor , LV rock opzij

5 - 8 Gewicht terug op RV, LV stap voor, RV tik naast LV

[49-56] Step fwd, Point Side x2, Jazzbox $\frac{1}{2}$ Turn R

1 - 2RV stap voor. LV tik opzij

3 - 4LV stap voor, RV tik opzij

5 - 8RV kruis over LV, $\frac{1}{4}$ Draai rechtsom stap LV opzij, $\frac{1}{4}$ Draai rechtsom stap RV voor, LV stap voor (09.00)

[57-64] Hiprolls, Step fwd , Hold x2

1 - 4RV tik voor en rol heupen klokgewijs(1-2), Bump heup Rechts (3), Rust(4)

5 - 8LV tik voor en rol heupen anti klokgewijs (5 - 6) , Bump heup Links (7) , Rust(8)

Restarts :

Tijdens muur 2(06.00) , 5 (09.00) en 7(03.00) na tel 32 begin opnieuw bij tel 1

Tag 1 (8 tellen): (3.00 muur)

Na muur 3 : Doe de laatste 8 tellen (hiprolls, rust) en begin weer bij tel 1

Tag 2 (32 tellen) : (6.00 muur)

Na muur 6 :

[1 - 8] Rumba Box , Hold x2

1 - 4RV stap opzij, LV sluit bij, RV stap voor, Rust

5 - 6LV stap opzij, RV sluit bij, LV stap achter, Rust

[9-16] Coaster Cross, Hold , ½ Turn R , Cross , Hold

1 - 4RV stap achter, LV sluit bij, RV kruis over LV, Rust

5 - 8¼ Draai Rechtsom stap LV achter, ¼ Draai rechtsom stap RV opzij, LV kruis over RV, Rust

[17-32] Herhaal deze 16 tellen en begin weer bij tel 1

Contact - Website: www.franciensittrop.nl