

**Lonely Inside** (December 2021)  
Choreografie : Antoinette Claassens  
Soort dans : 4 muurs lijndans  
Niveau : Improver  
Tellen : 64  
Intro : Start op zang

**S1: Skate R L, shuffle forward, skate L R, Shuffle forward**  
1 – 2 RV schaats – LV schaats  
3 & 4 RV stap voor – LV sluit - RV stap voor  
5 – 6 LV schaats – RV schaats  
7 & 8 LV stap voor – RV sluit - LV stap voor

**S2: RF Cross over, step back, chassé R LF cross over, step back, chassé L**  
1 – 2 RV kruis over – LV stap achter  
3 & 4 RV stap opzij – LV sluit - RV stap opzij  
5 – 6 LV kruis over – RV stap achter  
7 & 8 LV stap opzij – RV sluit - LV stap opzij

**S3: Forward rock step, shuffle 1/2 turn R, Step fwd 2x 1/2 turn R, mambo step fwd**  
1 – 2 RV rock voor – rock terug op LV  
3 & 4 RV stap 1/4 R. om achter – LVsluit  
RV stap 1/4 R. om voor  
5 – 6 LV stap 1/2 R. om achter  
RV stap 1/2 R. om voor  
7 & 8 LV rock voor – rock terug op RV  
LV stap naast \* **restart punt 5e muur**

**S4: Mambo step forward, mambo step back, Mambo cross R side, mambo cross L side**  
1 & 2 RV rock voor – rock terug op LV - RV sluit  
3 & 4 LV rock achter-rock terug op RV - LV sluit  
5 & 6 RV rock opzij – rock terug op LV  
RV kruis over  
7 & 8 LV rock opzij – rock terug op RV  
LV kruis over

Vertaling : [All Country](#)  
Muziek : Right here, right now  
Artiest : Stefan van de Hout  
Tempo : 115 BPM  
[Dansvideo](#)

**S5: Step forward, pivot 1/4 L (x2), jazzbox cross**  
1 – 2 RV stap voor – RV+LV draai 1/4 L. om  
3 – 4 RV stap voor – RV+LV draai 1/4 L. om  
5 – 6 RV kruis over – LV stap achter  
7 – 8 RV stap opzij – LV kruis over

**S6: Point R, close 1/4 R, side mambo cross (x2)**  
1 – 2 RV tik opzij – sluit met 1/4 R. om  
3 & 4 LV rock opzij – rock terug op RV  
LV kruis over  
5 – 6 RV tik opzij – sluit met 1/4 R. om  
7 & 8 LV rock opzij – rock terug op RV  
LV kruis over

**S7: Step R side, cross behind, chassé 1/4 R, step forward, pivot 3/4 R, chassé L**  
1 – 2 RV stap opzij – LV kruis achter  
3 & 4 RV stap opzij – LV sluit  
RV stap 1/4 R. om  
5 – 6 LV stap voor – LV+RV draai 3/4 R. om  
7 & 8 LV stap opzij – RV sluit - LV stap opzij

**S8: Cross rock behind, kick-ball-cross, side rock, Sailor touch 1/4 turn R**  
1 – 2 RV rock gekruist achter – terug op LV  
3 & 4 RV kick schuin R. voor  
RV stap op bal voet - LV stap naast  
5 – 6 RV rock opzij – rock terug op LV  
7 & 8 RV kruis achter 1/4 R. om  
LV stapje opzij - RV tik naast LV  
**Begin opnieuw!**

**Restart:**  
In de 5e muur na blok 3 (= na 24 tellen)

**Finish:** op het einde van het lied na blok 1 [3] een jazzbox met 1/4 draai linksom terug naar de startmuur [12] en tik naast