

NA MARA (The Sea)

Dansnr.: 64

4-Wall Line dance

Muziek : Na Mara (The Sea) – The Borderers
CD : Workshop 6 juli 2002 track 4
Tempo : 90 bpm
Counts : 32
Choreograaf : Maggie Gallagher (UK)
Vertaling : Jos Slijpen
Niveau : Middel



Start dans na 64 tellen intro. Stijl: armen strak langs het lichaam, kijk recht vooruit.

WEAVE LEFT, ¼ TURN STEP, ½ PIVOT LEFT, RIGHT
LOCK, FULL TRIPLE TURN

1 RV kruis over LV
& LV stap links opzij
2 RV kruis achter LV
& LV maak ¼ draai linksom
3 RV stap voor
4 RV + LV maak ½ draai linksom
5 RV stap voor
& LV kruis achter RV
6 RV stap voor
7&8 Maak hele draai rechtsom met L/R/L (iets naar voren
gaand)

STEP, ¼ TURN ROCK, CROSS SIDE, HITCH ½ TURN LEFT
X2, SAILOR STEP

9 RV stap voor
10 Maak ¼ draai rechtsom en zet LV links opzij
& Breng gewicht terug op RV
11 LV kruis over RV
12 RV stap rechts opzij
& Til L-knie op en maak ½ draai linksom op bal van RV
13 LV zet links opzij
& Til R-knie op en maak ½ draai linksom op bal van LV
14 RV stap rechts opzij
15 LV kruis achter RV
& RV stap rechts opzij
16 LV stapje op de plaats

STEP, SCUFF, HITCH, STEP, SCUFF, HITCH, STEP, X2
WITH ¼ TURN LEFT

17 RV stap voor
& LV schaaft met de hak over de vloer naar voor
18 Til L-knie op
& LV stap voor
19 RV schaaft met de hak over de vloer naar voor
& Til R-knie op

20 RV stap voor
21 Maak ¼ draai linksom en stamp met LV voor
& RV schaaft met de hak over de vloer naar voor
22 Til R-knie op
& RV stap voor
23 LV schaaft met de hak over de vloer naar voor
& Til L-knie op
24 LV stap voor

CROSS, ROCK, ¼ TURN, STEP, ¾ PIVOT, SIDE, HOOK,
CHASSE RIGHT & LEFT

25 RV kruis over LV
& Breng gewicht terug op LV
26 RV maak ¼ draai rechtsom
27 LV stap voor
& LV + RV maak ¾ draai rechtsom
28 LV stap links opzij
& RV breng omhoog en kruis voor L-knie
29 RV stap rechts opzij
& LV sluit naast RV
30 RV stap rechts opzij
& LV breng omhoog en kruis voor R-knie
31 LV stap links opzij
& RV sluit naast LV
32 LV stap links opzij

1 RV begin opnieuw

Restart:

Bij de 4^e muur dans tot en met tel 24. Start de dans dan weer vanaf tel 1.