

Take It Slow

4 wall intermediate line dance, phrased



WALK RIGHT-LEFT, ROCKING CHAIR, SCUFF-STEP, TOUCH-STEP-TOUCH-STEP

- 1 – 2 Stap RV voor, stap LV voor
- 3 & 4 & Rock RV voor, breng gewicht terug op LV, rock RV achter, breng gewicht terug op LV
- 5 – 6 Scuff RV voor, stap RV opzij
- 7 & 8 & Tik LV naast RV, stap LV diagonaal voor, tik RV naast LV, stap RV diagonaal voor

WALK LEFT-RIGHT, STEP-½ PIVOT-TOUCH, WALK LEFT-RIGHT, ROCK-RECOVER-TURN ½

- 1 – 2 Stap LV kruis over RV, Stap RV kruis over LV
- 3 & 4 Stap LV voor, maak ½ draai rechtsom (gewicht RV), tik LV naast RV (6:00)
- 5 – 6 Stap LV kruis over RV, stap RV kruis over LV
- 7 & 8 Rock LV voor, breng gewicht terug op RV, maak ½ draai linksom en stap LV voor (12:00)

TURN ¼ SIDE-BEHIND, SIDE-BEHIND-SIDE, SIDE ROCK-ROCK, TURN ½ SAILOR CROSS

- 1 – 2 Maak ¼ draai linksom en stap RV opzij, stap LV kruis achter RV (9:00)
Optional styling: stap RV opzij en pop up L schouder, stap LV kruis achter RV en pop up R schouder
- 3 & 4 Stap RV opzij, stap LV kruis achter RV, stap RV opzij
Optional styling: stap RV opzij en pop up L schouder, stap LV kruis achter RV en pop up R schouder, stap RV opzij en pop up L schouder
- 5 – 6 Rock LV opzij (kijk naar links), breng gewicht terug op RV (kijk naar rechts)
- 7 & 8 Maak ½ draai linksom en sweep LV naar achter en stap kruis achter RV, stap RV opzij, stap LV kruis over RV (3:00)

STEP-SLIDE TOUCH, HIP ROLL, STEP-SLIDE TOUCH, HIP ROLL

- 1 – 2 Stap RV met grote stap opzij, slide/tik LV naast RV (3:00)
- 3 & 4 Hip roll linksom
- 5 – 6 Stap LV met grote stap opzij, slide/tik RV naast LV
- 7 & 8 Hip roll rechtsom (3:00)

Herhaal

TAG: na muur 2 en 4

CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK-RECOVER-TOUCH, BACK-BACK, BACK-AND-BACK

- 1 & 2 Stap RV kruis over LV, stap LV opzij, stap RV kruis over LV
- 3 & 4 Rock LV opzij, breng gewicht terug op RV, tik L teen voor
- 5 – 6 Stap LV achter (pop R knie), stap RV achter (pop L knie)
- 7 & 8 Stap LV achter (pop R knie), stap RV achter (pop L knie), stap LV achter (pop R knie)

FORWARD-FORWARD, BACK-BACK, HEEL TAPS, HEEL TAPS

- 1 – 2 Stap RV diagonaal voor, stap LV opzij
- 3 – 4 Stap RV achter, stap LV opzij
- 5 & 6 Tik R teen diagonaal voor, tik R hiel diagonaal voor, tik R hiel diagonaal voor
- 7 & 8 Tik L teen diagonaal voor, tik L hiel diagonaal voor, tik L hiel diagonaal voor

TAG: na muur 6

SYNCOPATED FORWARD LOCK STEP, TURN ½ SYNCOPATED FORWARD LOCK STEP

- 1 & 2 Maak 1/8 draai rechtsom en stap RV voor, lock LV kruis achter RV, stap RV voor (7:30)
- & 3 & 4 Lock LV kruis achter RV, stap RV voor, lock LV kruis achter RV, stap RV voor
- 5 & 6 Maak ½ draai linksom en stap LV voor, lock RV kruis achter LV, stap LV voor (1:30)
- & 7 & 8 Lock RV kruis achter LV, stap LV voor, lock RV kruis achter LV, stap LV voor

SYNCOPATED FORWARD LOCK STEP, 1 TURN ½-STEP

- 1 & 2 Maak ¼ rechtsom en stap RV voor, lock LV kruis achter RV, stap RV voor (4:30)
& 3 & 4 Lock LV kruis achter RV, stap RV voor, lock LV kruis achter RV, stap RV voor
5 – 6 Maak ½ draai linksom en stap LV voor, maak ½ draai linksom en stap RV achter (4:30)
7 – 8 Maak ½ draai linksom en stap LV voor, stap RV voor (10:30)

SYNCOPATED FORWARD LOCK STEP, TURN ½ SYNCOPATED FORWARD LOCK STEP

- 1 & 2 Stap LV voor, lock RV kruis achter LV, stap LV voor (10:30)
& 3 & 4 Lock RV kruis achter LV, stap LV voor, lock RV kruis achter LV, stap LV voor (10:30)
5 & 6 Maak ½ draai rechtsom en stap RV voor, lock LV kruis achter RV, stap RV voor (4:30)
& 7 & 8 Lock LV kruis achter RV, stap RV voor, lock LV kruis achter RV, stap RV voor

EXTENDED CROSS SHUFFLE, STEP-½ PIVOT TURN, STEP-½ PIVOT TURN

- & 1 & 2 Hitch L knie, maak 1/8 draai rechtsom en stap LV kruis over RV, stap RV opzij, stap LV kruis over
 RV (6:00)
& 3 & 4 Stap RV opzij, stap LV kruis over RV, stap RV opzij, stap LV kruis over RV
5 – 6 Stap RV voor, maak ½ draai linksom (gewicht op LV, 12:00)
7 – 8 Stap RV voor, maak ½ draai linksom (gewicht op LV, 6:00)

ENDING

Om naar voor te eindigen in muur 9, verander de laatste 4 tellen van de dans in:

- 29 – 30 Maak ¼ draai linksom en stap LV opzij, slide/tik RV naast LV
31 & 32 Hip roll rechtsom

Choreograaf: Rep Ghazali

Muziek: Run The Show - Kat Deluna (Featuring Shaka Dee) (CD: 9 Lives)