

The Morning After (Oktober 2022)

Choreografie : Ann-Jeanett Ramsvatn
& Annette Haslund

Soort dans : 4 muurs lijndans

Niveau : Improver

Tellen : 48

Intro : Start direkt op het woord "It's"

S1: STEP, TAP, BACK, KICK, COASTER, X 2

1 RV stap voor
& LV tik teenachter RV
2 LV stap achter
& RV kick voor
3 RV stap achter
& LV stap naast RV
4 RV stap voor
5 LV stap voor
& RV tik teen achter LV
6 RV stap achter
& LV kick voor
7 LV stap achter
& RV stap naast LV
8 LV stap voor

S2: SHUFFLE FORWARD R & L, STEP, PIVOT 1/2 TURN STEP, KICK BALL TOUCH

1 RV stap voor
& LV stap naast RV
2 RV stap voor
3 LV stap voor
& RV stap naast LV
4 LV stap voor
5 RV stap voor
& RV+LV 1/2 pivot turn linksom (6)
6 RV stap voor
7 LV kick voor
& LV stap naast RV
8 RV tik teen naast LV*

***Restartpunt 4e muur**

S3: SUGAR FOOT R & L, SIDE MAMBO R & L

1 RV tik teen naast LV
& RV tik hak naast LV
2 RV stamp naast LV
3 LV tik teen naast RV
& LV tik hak naast RV
4 LV stamp naast RV
5 RV rock opzij
& LV gewicht terug
6 RV stap naast LV
7 LV rock opzij
& RV gewicht terug
8 LV stap naast RV

Vertaling : [All Country](#)

Muziek : The Morning After

Artiest : Nathan Carter

Tempo : 182 BPM

[Dansvideo](#)

Stepsheet openen als [PDF bestand](#)

S4: R MAMBO STEP, KICK, BACK, KICK, BACK, KICK, COASTER STEP, SCUFF, STEP, PIVOT 1/4 TURN L

1 RV rock voor
& LV gewicht terug
2 RV stap achter
& LV kick voor en klap
3 LV stap achter
& RV kick voor en klap
4 RV stap achter
& LV kick voor en klap
5 LV stap achter
& RV stap naast LV
6 LV stap voor
& RV scuff
7 RV stap voor
8 RV+LV 1/4 pivot turn linksom (3)*

***Restartpunt 1e muur**

S5: R CROSS ROCK SIDE, L CROSS ROCK SIDE, R CROSS ROCK, SIDE ROCK, SAILOR STEP

1 RV rock gekruist voor LV
& LV gewicht terug
2 RV stap opzij
3 LV rock gekruist voor RV
& RV gewicht terug
4 LV stap opzij
5 RV rock gekruist voor LV
& LV gewicht terug
6 RV rock opzij
& LV gewicht terug
7 RV stap gekruist achter LV
& LV stapje opzij
8 RV stapje opzij

S6: L SAILOR 1/4 TURN, SCUFF, STEP, SCUFF, STEP, SCUFF, R JAZZBOX 1/4 TURN

1 LV 1/4 draai linksom, stap achter RV (12)
& RV stap opzij
2 LV stap voor
& RV scuff
3 RV stap voor
& LV scuff
4 LV stap voor
& RV scuff
5 RV stap gekruist voor LV
6 LV stap achter
7 RV 1/4 draai rechtsom, stap voor (3)
8 LV stapje voor

Begin opnieuw

Einde: Doe om op 12.00 uur te eindigen een Jazzbox 1/4 draai rechtsom.