



The Nowland Country Dancers



The First

Choreograaf Kristel Deckx & Fabioal Maegh

Soort Dans 4 muursdans

Tellen 32

Music You're the First thing that I think of
by Lisa McHugh

½ Turnshuffle R+L, Coasterstep, Lockstep FWD

1	RV	stap ¼ draai achter
&	LV	stap bij
2	RV	stap ¼ draai voor
3	LV	stap ¼ draai voor
&	RV	stap bij
4	LV	stap ¼ draai achter
5	RV	stap achter
&	LV	stap naast
6	RV	stap voor
7	LV	stap voor
&	RV	lock achter
8	LV	stap voor

Coasterstep, Walk, Walk, ½ PivotTurn, Walk, Walk

1	LV	stap achter
&	RV	stap naast
2	LV	stap voor
3	RV	stap voor
4	LV	stap voor
5	RV	stap voor
6		¼ draai l.o.
7	RV	stap voor
8	LV	stap voor

Rockingchair, ¼ Pivot Turn Cross, Weave, Siderock Cross

1	RV	rock voor
&		gewicht terug
2	RV	rock achter
&		gewicht terug
3	RV	stap voor
&		¼ draai l.o.
4	RV	stap gekruist over LV
5	LV	stap opzij
&	RV	stap gekruist achter
6	LV	stap opzij
&	RV	stap gekruist voor
7	LV	zijrock
&		gewicht terug
8	LV	stap gekruist over RV

Bridge:

Na muur 3, op 9 uur

4 stappen op de plaats

Rumbabox, Step FWD, Touch, Step Back, Lockstep Back

1	RV	stap opzij
&	LV	stap naast
2	RV	stap achter
3	LV	stap opzij
&	RV	stap naast
4	LV	stap voor
5	RV	stap voor
&	LV	tik achter RV
6	LV	stap achter
7	RV	stap achter
&	LV	lock voor
8	RV	stap achter