



This Is Us

Choreograph: Gaye Teather (UK), April 2006
64 Counts, 4 Wall, Beginner/Intermediate Level

Musik: **This Is Us** von Mark Knopfler & Emmylou Harris, CD: "All The Roadrunning" (176 bpm)
Go To Sleep Big Bertha von Eddie Rabbitt (176 bpm)

Intro: 64 Counts nach Einsatz der Gitarre (alternativ: 32 Counts)

Counts	Counts	Toe touches forward and back. Touch out. Touch in
1 - 2	1 - 2	Rechte Fußspitze vorne auftippen, RF an LF heransetzen
3 - 4	3 - 4	Linke Fußspitze hinten auftippen, LF an RF heransetzen
5 - 6	5 - 6	Rechte Fußspitze vorne auftippen, RF an LF heransetzen
7 - 8	7 - 8	Linke Fußspitze links auftippen, linke Fußspitze neben RF auftippen
		Vine quarter turn Left. Brush. Jazz box. Hold
9 - 10	1 - 2	LF Schritt nach links, RF hinter LF kreuzen
11 - 12	3 - 4	1/4 Linksdrehung und LF Schritt vorwärts, RF geräuschvoll über den Boden schleifen
13 - 14	5 - 6	RF vor LF kreuzen, LF Schritt zurück
15 - 16	7 - 8	RF Schritt nach rechts, halten
		Cross rock. Side. Hold. Cross rock. Quarter turn Right. Hold
17 - 20	1 - 4	LF vor RF kreuzen, Gewicht zurück auf RF, LF Schritt nach links, halten
21 - 22	5 - 6	RF vor LF kreuzen, Gewicht zurück auf LF
23 - 24	7 - 8	1/4 Rechtsdrehung und RF Schritt vorwärts, halten (Blickrichtung 12:00)
		Step. Quarter turn Right. Cross. Hold. Triple three quarter turn Left. Hold
25 - 26	1 - 2	LF Schritt vorwärts, 1/4 Rechtsdrehung auf beiden Ballen (Blickrichtung 3:00)
27 - 28	3 - 4	LF vor RF kreuzen, halten
29 - 30	5 - 6	1/4 Linksdrehung und RF Schritt zurück, 1/2 Linksdrehung und LF Schritt vorwärts (Blickrichtung 12:00)
31 - 32	7 - 8	RF Schritt vorwärts, halten
		Left lock step. Brush. Right lock step. Brush
33 - 34	1 - 2	LF Schritt vorwärts, RF hinter LF kreuzen
35 - 36	3 - 4	LF Schritt vorwärts, RF geräuschvoll über den Boden schleifen
37 - 38	5 - 6	RF Schritt vorwärts, LF hinter RF kreuzen
39 - 40	7 - 8	RF Schritt vorwärts, LF geräuschvoll über den Boden schleifen
		Mambo forward. Hold. Mambo back. Hold
41 - 44	1 - 4	LF Schritt vorwärts, Gewicht zurück auf RF, LF an RF heransetzen, halten
45 - 48	5 - 8	RF Schritt rückwärts, Gewicht zurück auf LF, RF an LF heransetzen, halten
		Rumba box
49 - 52	1 - 4	LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen, LF Schritt vorwärts, halten
53 - 56	5 - 8	RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen, RF Schritt rückwärts, halten
		Back Left. Hold & clap. Back Right. Hold & clap Sailor quarter turn Left. Hold
57 - 58	1 - 2	LF Schritt zurück, halten und klatschen
59 - 60	3 - 4	RF Schritt zurück, halten und klatschen
61 - 62	5 - 6	1/4 Linksdrehung und LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach rechts (Blickrichtung 3:00)
63 - 64	7 - 8	LF Schritt nach links, halten

Wiederholen bis zum Ende