

Take a Breather

32 Counts 4 Wall Linedance

Take A Breather by Darryl Worley

1 – 8 Step – Slide – Rock Step – Side – Together – Side by Side

mit links einen kleinen Schritt nach links
rechts an links heranziehen, nicht belasten
mit rechts einen kleinen Schritt zurück
mit links einen kleinen Schritt vor
mit rechts einen kleinen Schritt nach rechts
mit links an rechts heran
mit rechts einen kleinen Schritt nach rechts, mit links an rechts heran (&)
mit rechts einen kleinen Schritt nach rechts

9 – 16 Cross – Touch – Step – Turn – Step - Touch – Step – Hook

mit links vor rechts kreuzen
mit rechter Fußspitze rechts antippen
mit rechts einen kleinen Schritt zurück
mit links einen kleinen Schritt nach links, dabei $\frac{1}{4}$ Turn links
mit rechts einen kleinen Schritt vor
mit linker Fußspitze hinter rechtem Fuß auf tippen
mit links einen kleinen Schritt zurück
rechtes Knie anheben und vor linkem Bein kreuzen, dabei Arme hochheben und mit den Fingern schnippen

17 – 24 Right Lock – Lock Step – Cross – Back – Hip Bumps

mit rechts einen kleinen Schritt vor
mit links an rechts heran, dabei hinter rechts kreuzen
mit rechts einen kleinen Schritt vor, mit links an rechts heran, dabei hinter rechts kreuzen (&)
mit rechts einen kleinen Schritt vor
mit links vor rechts kreuzen
mit rechts einen kleinen Schritt zurück
mit links einen kleinen Schritt nach links, dabei die Hüfte nach links
Hüfte nach rechts schwingen

25 – 32 Figur of 8 Grapevine

mit links einen kleinen Schritt nach links
mit rechts einen kleinen Schritt nach links, dabei hinten kreuzen
mit links einen kleinen Schritt nach links, dabei $\frac{1}{4}$ Turn links
mit rechts einen kleinen Schritt vor
 $\frac{1}{2}$ Turn links, dabei Gewicht auf links
mit rechts einen kleinen Schritt nach rechts, dabei $\frac{1}{4}$ links
mit links einen kleinen Schritt nach rechts, dabei hinten kreuzen
mit rechts einen kleinen Schritt nach rechts

Der Tanz ist zu Ende und beginnt wieder von vorne!

Nach dem 4. Durchgang:

Schritte 25 – 32 Figur of 8 Grapevine wiederholen

Im 9. Durchgang:

Nach Schritten 17 -24 wird die Hüfte zusätzlich geschwungen links – rechts – links – rechts (4 Counts) und anschließend der Tanz neu gestartet!