

Be Strong

32 count / 4-wall Beginner, Intermediate
Choreographie: Audrey Watson 05/2005

Musik: The Words I Love You- Chris De Burgh

Cross Rock, Right Forward Lock Step, Cross Rock, Left Forward Lock Step.

- 1, 2 RF vor dem LF kreuzen und Gewicht zurück auf LF
- 3 + 4 RF Schritt vorwärts, LF hinter dem RF einkreuzen, RF Schritt vorwärts
- 5, 6 LF vor dem RF kreuzen und Gewicht zurück auf RF
- 7 + 8 LF Schritt vorwärts, RF hinter dem LF einkreuzen, LF Schritt vorwärts
Bei den Counts 3 + 4 leicht nach diagonal links und bei den Counts 7 + 8 nach diagonal rechts

Rock Step, Triple 3/4 Turn Right, Cross Side, Behind Side Cross.

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und Gewicht zurück auf LF
- 3 + 4 $\frac{1}{4}$ Rechtsdrehung mit 3 Cha Cha Schritten am Platz (RF, LF, RF)
- 5, 6 LF vor dem RF kreuzen und RF Schritt nach rechts
- 7 + 8 LF hinter dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF vor dem RF kreuzen

Side Rock, 1/4 Turn, Forward Shuffle, Full Turn Forward, Mambo Step.

- 1, 2 RF Schritt nach rechts und Gewicht zurück auf LF mit $\frac{1}{4}$ Linksdrehung
- 3 + 4 RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 5, 6 $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück, $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt vorwärts
- 7 + 8 LF Schritt vorwärts Gewicht zurück auf RF, LF neben RF absetzen

Slide Back x2, Shuffle 1/2 Turn, Step 1/4 Pivot, Cross, 1/2 Turn.

- 1, 2 RF Schritt gleitend zurück und LF Schritt gleitend zurück
- 3 + 4 $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung mit 3 Cha Cha Schritten rückwärts (RF, LF, RF)
- 5, 6 LF Schritt vorwärts und $\frac{1}{4}$ Rechtsdrehung auf den Fußballen (Gewicht RF)
- 7 + LF vor dem RF kreuzen und $\frac{1}{4}$ Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück
- 8 $\frac{1}{4}$ Linksdrehung auf RF & LF Schritt nach links

Brücke: Am Ende des 2. und 5. Durchgangs tanze zusätzlich

- 1, 2 RF vor dem LF kreuzen und Gewicht zurück auf LF
- 3, 4 RF Schritt zurück und Gewicht vor auf LF

Finish: Im letzten Durchgang tanze bis Count 4 und dann:

- 5 $\frac{1}{4}$ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt nach links