

Catch & Release



32 counts / 4-wall / easy intermediate

Choreographie: José Miguel Belloque Vane & Tokyo Ladies (Aug. 2015)
Musik: **Catch & Release** (Deepend Remix) von Matt Simons

Intro: 16 Taktschläge

Abfolge: 32, 32, TAG, 32, 32, 32, 32, 32, TAG, 32, 32, 16, Ende 12 Uhr (Rock Sweep ¼ Turn l)

Cross, Side Rock, Cross, ¼ r Back, ¼ r Side, Cross Rock, Side, Cross

- 1-2& LF kreuzt über RF, RF Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf LF (12:00)
- 3-4 RF kreuzt über LF, ¼ Rechtsdrehung LF Schritt zurück (3:00)
- 5-6& ¼ Rechtsdrehung RF Schritt nach rechts, LF kreuzt über RF, Gewicht zurück auf RF
- 7-8 LF Schritt nach links, RF kreuzt über LF (6:00)

Mambo Cross l, Mambo Cross r, Step Lock Step l, Step Lock Step r, Step l

- 1&2 LF Schritt nach links, RF Schritt nach rechts, LF kreuzt über RF
- 3&4 RF Schritt nach rechts, LF Schritt nach links, RF kreuzt über LF
- 5&6& LF Schritt vorwärts, RF kreuzt hinter LF, LF Schritt vorwärts, RF Schritt vorwärts
- 7&8 LF kreuzt hinter RF, RF Schritt vorwärts, LF Schritt vorwärts (6:00)

Rock, Recover Sweep, Behind, Side, Cross, & Cross, Hold, & Crossing Shuffle

- 1-2 RF Schritt vorwärts, Gewicht zurück auf LF und dabei RF nach hinten schwingen
- 3&4 RF kreuzt hinter LF, LF Schritt nach links, RF kreuzt über LF
- &5-6 LF Schritt nach links, RF kreuzt über LF, einen Takt halten
- &7&8 LF Schritt nach links, RF kreuzt über LF, LF Schritt nach links, RF kreuzt über LF,

¼ l Step, Rock Step, Sailor Cross ¼ l, ¼ l Step, ½ l Back, ½ l Step, Step

- &1-2 ¼ Linksdrehung LF Schritt vorwärts, RF Schritt vorwärts, Gewicht zurück auf LF (3:00)
- 3&4 RF kreuzt hinter LF, ¼ Linksdrehung LF Schritt nach links, RF kreuzt über LF (12:00)
- 5-6 ¼ Linksdrehung LF Schritt vorwärts, ½ Linksdrehung RF Schritt zurück (3:00)
- 7-8 ½ Linksdrehung LF Schritt vorwärts, RF Schritt vorwärts (9:00)

TAG 1 auf 2. Wand (6:00) - TAG 2 auf 7. Wand (3:00)

2x Pivot Turn ½, Together, Rock Step, Coaster Step

- 1-2 LF Schritt vorwärts, ½ Rechtsdrehung auf beiden Fußballen (endet mit Gewicht auf RF)
- 3-4 LF Schritt vorwärts, ½ Rechtsdrehung auf beiden Fußballen (endet mit Gewicht auf RF)
- &5-6 LF neben RF stellen, RF Schritt vorwärts, Gewicht zurück auf LF
- 7-8 RF Schritt zurück, LF neben RF abstellen, RF Schritt vorwärts

Danach beginnt der Tanz von vorne.