Caught In The Act

Type:	64 Count / 4 Wall
Level:	Intermediate
Choreographie:	Ann Wood - 02/2004
Musik:	Who's Been Sleeping In My Bed by Glenn Frey (109bpm)
	(It Don't Get Better Than This by Rodney Crowell (125 bpm))

1-8	**Right Kick Ball Cross 2x, Side Rock, Sailor Step**	
1 + 2	RF nach schräg rechts vorne kicken, RF neben LF absetzen, LF vor dem RF kreuzen	
3 + 4	RF nach schräg rechts vorne kicken, RF neben LF absetzen, LF vor dem RF kreuzen	
5, 6	RF Schritt nach rechts (LF etwas anheben), Gewicht zurück auf LF	
7 + 8	RF hinter dem LF kreuzen, LF Schritt nach links (RF etwas anheben), Gewicht zurück auf RF	
9-16	**Left Kick Ball Cross 2x, Side Rock, Sailor ¼ Turn Left**	
1 + 2	LF nach schräg links vorne kicken, LF neben RF absetzen, RF vor dem LF kreuzen	
3 + 4	LF nach schräg links vorne kicken, LF neben RF absetzen, RF vor dem LF kreuzen	
5, 6	LF Schritt nach links (RF etwas anheben), Gewicht zurück auf RF	
7 + 8	LF hinter dem RF kreuzen, ¼ Linksdrehung & RF Schritt am Platz, LF Schritt vorwärts	9:00
17-24	**Rock Step, Coaster Step, Rock Step, Triple 1/2 Turn Left On The Spot**	
1, 2	RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben), Gewicht zurück auf LF	
3 + 4	RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts	
5, 6	LF Schritt vorwärts (RF etwas anheben), Gewicht zurück auf RF	
7 + 8	½ Linksdrehung mit 3 Cha Cha Schritten am Platz (LF, RF, LF)	3:00
25-32	**Syncopated Rock Steps, Back Shuffle, Back Rock**	
1, 2	RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben), Gewicht zurück auf LF	
+ 3, 4	RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts (RF etwas anheben), Gewicht zurück auf RF	
5 + 6	LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt zurück	
7, 8	RF Schritt zurück (LF etwas anheben), Gewicht vor auf LF	
33-40	**Right & Left Touch Holds, Heel Switches, Step ¼ Turn Left**	
1, 2	RF Spitze rechts auftippen und Halten	
+ 3, 4	RF neben LF absetzen, LF Spitze links auftippen, Halten	
+ 5	LF neben RF absetzen, RF Ferse vorne auftippen	
+ 6 +	RF neben LF absetzen, LF Ferse vorne auftippen, LF neben RF absetzen	
7, 8	RF Schritt vorwärts, ¼ Linksdrehung auf beiden Fussballen (Gewicht LF)	12:00
41-48	**Cross Shuffle, 2x ¼ Hinge Turns Right, Cross Rock, Left Chasse**	
1 + 2	RF vor dem LF kreuzen, LF etwas zum RF heransetzen, RF vor dem LF kreuzen	
3	¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück	3:00
4	¼ Rechtsdrehung auf LF & RF neben LF absetzen	6:00
5, 6	LF vor dem RF kreuzen (RF etwas anheben), Gewicht zurück auf RF	
7 + 8	LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach links	
49-56	**Cross Touch, Slow Heel Jacks**	
1, 2 +	RF vor dem LF kreuzen, LF hinter RF auftippen, LF kleiner Schritt zurück	
3, 4	RF Ferse schräg rechts vorne auftippen, Halten	
+ 5, 6	RF neben LF absetzen und LF vor dem RF kreuzen, Halten	
+ 7, 8	RF kleiner Schritt zurück, LF Ferse schräg links vorne auftippen, Halten	
54-64	**& Cross, ¼ Turn, Coaster Step, Walk Forward L + R, Forward Shuffle**	
+ 1	LF neben RF absetzen, RF vor dem LF kreuzen	
2	¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück	9:00
3 + 4	RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts	
5, 6	LF Schritt vorwärts, RF Schritt vorwärts	
7 + 8	LF Schritt vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts	
Option:		
5, 6	LF Schritt vorwärts mit ½ Linksdrehung, RF Schritt zurück mit ½ Linksdrehung	

Smile and Dance

Video 1 Video 2