



It Hurts

Schwierigkeitsgrad: 48 counts, 4 wall, beginner-intermediate
Musikvorschlag: It hurts - Lena Philipsson

Zählzeit/Takt

Toe touches, sailor step, step turn, triple step fwd |

- 1-2 Rechte Spitze vorn auftippen, Rechte Spitze rechts auftippen
- 3+4 Rechts hinter links kreuzen, mit Links Schritt nach links, Gewicht zurück auf Rechts
- 5-6 Mit Links Schritt vor, 1/2 Rechtsdrehung - Gewicht auf Rechts
- 7+8 Mit Links beginnend einen Wechselschritt nach vor l-r-l

Toe Toches, sailor step, rock step, triple step side | with $\frac{1}{4}$ turn |

- 1-2 Rechte Spitze vorn auftippen, Rechte Spitze rechts auftippen
- 3+4 Rechts hinter links kreuzen, mit Links Schritt nach links, Gewicht zurück auf Rechts
- 5-6 Mit Links Schritt vor, Gewicht zurück auf Rechts
- 7+8 Mit Links beginnend einen Wechselschritt nach links inkl. 1/4 Linksdrehung l-r-l

Restart in 3. Runde: hier abbrechen & von vorne beginnen

Cross, point, cross, point, $\frac{1}{2}$ unwind, triple step fwd |

- 1-2 Rechts vor links kreuzen, Linke Spitze links auftippen
- 3-4 Links vor rechts kreuzen, Rechte Spitze rechts auftippen
- 5-6 Rechts hinter links auftippen, 1/2 Rechtsdrehung - Gewicht auf Rechts
- 7+8 Mit Links beginnend einen Wechselschritt nach vor l-r-l

Kick ball-touch 2x, $\frac{1}{2}$ unwind, triple step fwd |

- 1+2 Mit Rechts Kick nach vor, Rechts neben links abstellen, mit Links links auftippen
- 3+4 Mit Links Kick nach vor, Links neben rechts abstellen, mit Rechts rechts auftippen
- 5-6 Rechts hinter links auftippen, 1/2 Rechtsdrehung - Gewicht auf Rechts
- 7+8 Mit Links beginnend einen Wechselschritt nach vor l-r-l

Brush, side step r, hip bumps, sailor step 2x

- 1-2 Rechte Ferse über den Boden schleifen, mit Rechts Schritt nach rechts
- 3+4 Hüfte wackeln l r l
- 5+6 Rechts hinter links kreuzen, mit Links Schritt nach links, Gewicht zurück auf Rechts
- 7+8 Links hinter rechts kreuzen, mit Rechts Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf Links

Step turn, triple step fwd, step turn, triple step fwd

- 1-2 Mit Rechts Schritt vor, 1/2 Linksdrehung - Gewicht auf Links
- 3+4 Mit Rechts beginnend einen Wechselschritt nach vor r-l-r
- 5-6 Mit Links Schritt vor, 1/2 Rechtsdrehung - Gewicht auf Rechts
- 7+8 Mit Links beginnend einen Wechselschritt nach vor l-r-l

Von Anfang an wiederholen!!!