

Body And Soul

Choreograph: Barry Durand (USA)
24 Counts, 4 Wall, Rise and Fall (Waltz) - Beginner

Musik: **Sunset In Abilene** von Caryl MacParker (94 bpm)

| | | |
|--------|--------|---|
| | | Forward, Forward, Back, Back, Back, Forward |
| Counts | Counts | |
| 1 | 1 | LF Schritt vorwärts |
| 2 | 2 | RF Schritt vorwärts |
| 3 | 3 | LF Schritt zurück |
| 4 | 4 | RF Schritt zurück |
| 5 | 5 | LF Schritt zurück |
| 6 | 6 | RF Schritt vorwärts |
| | | Forward Box, Back, Back, Cross |
| 7 | 1 | LF Schritt vorwärts |
| 8 | 2 | RF Schritt nach rechts |
| 9 | 3 | LF kleinen Schritt zurück |
| 10 | 4 | RF Schritt zurück |
| 11 | 5 | LF Schritt zurück |
| 12 | 6 | RF vor LF kreuzen |
| | | Back with 1/2 Turn Right, Forward 3x, 1/2 Turn Right With Sweep, Forward |
| 13 | 1 | LF Schritt zurück und 1/2 Rechtsdrehung auf dem linken Ballen |
| 14 | 2 | RF Schritt vorwärts |
| 15 | 3 | LF Schritt vorwärts |
| 16 | 4 | RF Schritt vorwärts |
| 17 | 5 | 1/2 Rechtsdrehung auf dem rechten Ballen , dabei mit dem LF kreisförmig über den Boden streifen |
| 18 | 6 | LF kleinen Schritt vorwärts |
| | | Lunge, Recover, Ronde, Behind 1/4 Turn, Forward, Forward |
| 19 | 1 | RF großer Schritt vorwärts, dabei rechtes Knie beugen, linkes Bein gerade |
| 20-21 | 2-3 | Gewicht zurück auf LF, RF im Uhrzeigersinn um das linke Bein schwingen |
| 22 | 4 | RF hinter LF kreuzen und 1/4 Linksdrehung auf dem RF |
| 23 | 5 | LF Schritt vorwärts |
| 24 | 6 | RF Schritt vorwärts |

Wiederholen bis zum Ende