



One Woman I Need

Intermediate, 48 Counts, 4 Wall

Choreographer: Lisa McCammon, 10-2017

Music: One Woman I Need by Anson Funderburgh or Dance Off My Blues by Dan Albro or Sun Don't Let Me Down by Keith Urban

1. R Step Fwd, ½ Turn R, Back, Lock, Back, Rock Back, Shuffle

- 1 - 2 RF Schritt vor, ½ Rechtsdrehung und LF Schritt zurück,
- 3 & 4 RF Schritt zurück, LF vor RF kreuzen, RF Schritt zurück,
- 5 - 6 LF Schritt zurück, Gewicht zurück auf RF,
- 7 & 8 LF Schritt vor, RF an LF heransetzen, LF Schritt vor,

2. Step, Point, Step Point, Syncopated Jazzbox ¼ R - Cross, Point

- 1 - 2 RF Schritt vor, LF links auftippen,
- 3 - 4 LF Schritt vor, RF rechts auftippen,
- 5 - 6 RF vor LF gekreuzt absetzen, LF Schritt zurück,
- & ¼ Rechtsdrehung und RF kleinen Schritt zur Seite,
- 7 - 8 LF vor RF gekreuzt absetzen, RF rechts auftippen,

3. R Step Fwd, ½ Turn R, Back, Lock, Back, Rock Back, Shuffle

- 1 - 2 RF Schritt vor, ½ Rechtsdrehung und LF Schritt zurück,
- 3 & 4 RF Schritt zurück, LF vor RF kreuzen, RF Schritt zurück,
- 5 - 6 LF Schritt zurück, Gewicht zurück auf RF,
- 7 & 8 LF Schritt vor, RF an LF heransetzen, LF Schritt vor,

4. Rock Forward, Rock Side, Sailor Step, ¼ Turn L With Coaster Step

- 1 - 2 RF Schritt vor, Gewicht zurück auf LF,
- 3 - 4 RF Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf LF,
- 5 & 6 RF hinter LF gekreuzt absetzen, LF kleinen Schritt nach links, RF kleinen Schritt nach rechts
- 7 & 8 ¼ Linksdrehung und LF Schritt zurück, RF an LF heransetzen, LF Schritt vor,

Restart an dieser Stelle in der 3. und 4. Runde

5. ½ Step Turn L, Hip-Bump RLR, Hip-Bump LRL, Step, Touch

- 1 - 2 RF Schritt vor, ½ Linksdrehung auf RF und LF,
- 3 & 4 RF Schritt vor, dabei Hüfte nach vorn, zurück, nach vorn schwingen,
- 5 & 6 LF Schritt vor, dabei Hüfte nach vorn, zurück, nach vorn schwingen,
- 7 - 8 RF Schritt vor, Fußspitze LF neben RF auftippen,

6. Back Touch, Back Touch, Coaster Step, Out Out, In In

- 1 - 2 LF diagonal Schritt zurück, Fußspitze RF neben LF auftippen,
- 3 - 4 RF diagonal Schritt zurück, Fußspitze LF neben RF auftippen,
- 5 & 6 LF Schritt zurück, RF an LF heransetzen, LF Schritt vor,
- & 7 RF Schritt nach rechts, LF Schritt nach links,
- & 8 RF Schritt zur Mitte, LF Schritt zur Mitte

Bitte das Lächeln nicht vergessen!

www.countrydancefamilyrudolstadt.de