

# ALPHA GIRLS

Dansnr.: 630

## 4-Wall Line dance

Muziek : It's A Woman's World – Francisca Urrio  
CD : Single  
Tempo : 106 bpm  
Tellen : 48  
Choreografie : Vivienne Scott (CA)  
Vertaling : Jos Slijpen  
Niveau : Intermediate

Intro: 32 tellen

WALK FORWARD X2, TRIPLE STEP IN PLACE, FULL TURN, COASTER STEP

1 RV stap voor  
2 LV stap voor  
3&4 Op de plaats stap rechts/links/rechts  
5 1/2 draai linksom en stap LV voor  
6 1/2 draai linksom en stap RV achter  
*Optie: Stap achteruit met LV en RV*  
7 LV stap achter  
& RV stap naast LV  
8 LV stap voor

WALK FORWARD X2, HEEL SWITCHES, & BACK, DRAG, COASTER STEP

1 RV stap voor  
2 LV stap voor  
3 RV tik hak voor  
& RV stap naast LV  
4 LV tik hak voor  
& LV stap naast RV  
5 RV grote stap achter  
6 LV sleep richting RV  
7 LV stap achter  
& RV stap naast LV  
8 LV stap voor

**RESTART hier in 2<sup>e</sup> en 5<sup>e</sup> muur**

KICK BALL STEP, CROSS & HEEL, & FORWARD ROCK, SHUFFLE 3/4 TURN

1 RV kick voor  
& RV stap naast LV  
2 LV stap voor  
3 RV kruis over LV  
& LV stap achter  
4 RV tik hak voor  
& RV stap naast LV  
5 LV rock voor  
6 Breng gewicht terug op RV  
7&8 Maak in de shuffle 3/4 draai linksom met L/R/L [3]

STEP FORWARD, STEP BEHIND, HEEL TWISTS, FORWARD ROCK, HEEL BOUNCES 1/2 TURN

1 RV stap voor met teen gedraaid naar rechts  
2 LV kruis achter RV met teen gedraaid naar links  
3 Op bal van beide voeten twist beide hakken uit (RV naar rechts, LV naar links)  
4 Draai beide hakken terug – eindig gew. op RV  
5 LV rock voor

6 Breng gewicht terug op RV  
& Tik teen van LV iets achter RV  
7-8 Op bal van beide voeten tik 2x met de hakken op de vloer en maak daarbij 1/2 draai linksom (eindig gew. op RV) [9]

SIDE ROCK, BEHIND SIDE CROSS, SIDE, TOUCH, CHASSE RIGHT

1 RV rock opzij  
2 Breng gewicht terug op RV  
3 RV kruis achter LV  
& LV stap opzij  
4 RV kruis over LV  
5 LV stap opzij  
6 RV tik teen naast LV  
7 RV stap opzij  
& LV stap naast RV  
8 RV stap opzij

CROSS, BACK, BALL CROSS, SIDE, MONTEREY 1/2 TURN

1 LV kruis over RV  
2 RV stap achter  
& LV stap opzij  
3 RV kruis over LV  
4 LV stap opzij  
5 RV tik teen opzij  
6 1/2 draai rechtsom en stap RV naast LV  
7 LV tik teen links opzij  
8 LV stap naast RV [3]  
  
1 RV begin opnieuw

## RESTARTS

In de 2<sup>e</sup> en 5<sup>e</sup> muur (je staat resp. op 03.00uur en op 09.00 uur) dans t/m tel 16 en start de dans daarna opnieuw.

## ENDING

Om op 12.00 uur uit te komen verander de 1/2 draai Monterey Turn in het laatste blok in een 3/4 draai.