Don't Shut Me Down (de)

Count: 128 **Wand:** 1 **Ebene:** Phrased Advanced
Choreograf/in: Oliver Seefeldt (DE) & Laura Kilian (DE) - Januar 2022
Musik: Don't Shut Me Down - ABBA

Sequenz: tanze 1x AB, Brücke 1, CB, Brücke 2, CA - Ende des Tanzes

Der Tanz startet mit dem Satz „The sun is going down, it's getting dark" mit einem Armkreis beider Arme, indem man diese von unten über den Kopf nach außen laufen lässt.
Im Anschluß startet Part A.

PART A
Tanze Part A 1x
Basic right

1, 2	RF nach rechts
3, 4	LF schließt hinter RF, RF kreuzt über LF
5, 6	LF nach links
7, 8	RF schließt hinter LF, LF kreuzt über RF

Box right

1, 2	¼ Drehung rechts RF vorwärts, hold
3, 4	¼ Drehung rechts LF vorwärts, hold
5, 6	¼ Drehung rechts RF vorwärts, hold
7, 8	¼ Drehung rechts LF vorwärts, RF schließt an LF

Basic left

1, 2	LF nach L
3, 4	RF schließt hinter LF, LF kreuzt über RF
5, 6	RF nach R
7, 8	LF schließt hinter RF, RF kreuzt über LF

Box left

1, 2	¼ Drehung links LF vorwärts, hold
3, 4	¼ Drehung links RF vorwärts, hold
5, 6	¼ Drehung links LF vorwärts, hold
7, 8	¼ Drehung links RF vorwärts, LF schließt an RF

PART B
Step, touch, chassé, cross points

1, 2	RF Schritt nach rechts, LF Touch neben RF
3&4	LF Schritt nach links, RF schließt an LF, LF Schritt nach links
5, 6	RF pointet über LF, RF pointet nach rechts
7, 8	RF pointet über LF, RF pointet nach rechts

Brücke 1 in der 5. Wand (Tanze Part B 4x komplett, in der 5. Wand kommt die 1. Brücke. Tanze weiter mit Part C)
Brücke 2 nach ABCB in 4. Wand (Tanze Part B 3x komplett, in der 4. Wand kommt die 2. Brücke. Tanze weiter mit Part C)

Step lock step 2x, step turn step (coaster turn), step, touch

1, 2	RF vorwärts, LF kreuzt hinter RF, RF vorwärts
3&4	LF vorwärts, RF kreuzt hinter LF, LF vorwärts
5&6	RF vorwärts, ½ Drehung links während der LF zum RF schließt, RF vorwärts

7, 8	¼ Drehung rechts LF nach links, RF touch neben LF

PART C

Cross side recover 2x, cross, ½ half volta turn r, kick ball step

1&2	RF kreuzt über LF, LF nach links, RF rückbelasten auf rechts
&3&4	LF kreuzt über RF, RF nach rechts, LF rückbelasten auf links, RF kreuzt über LF
&5&6	¼ Drehung rechts, LF nach links (&), RF vorwärts, ¼ Drehung rechts, LF nach links (&), RF vorwärts (6 Uhr)
7&8	LF kick nach vorn, LF auf Ballen schließen, RF vorwärts

Diamond

1&2	LF vorwärts, ½ Drehung links RF seitwärts (3:00 Uhr), ⅛ Drehung links LF nach hinten (1:30 Uhr)
3&4	⅛ Drehung links RF rückwärts (12 Uhr), LF nach links, ⅛ Drehung links RF vorwärts (10:30 Uhr)
5, 6&	LF vorwärts, ⅛ Drehung links RF seitwärts (9:00 Uhr), LF schließt an RF
7, 8&	⅛ Drehung links RF rückwärts (7:30 Uhr), ⅛ Drehung links LF seitwärts, RF schließt an LF (6 Uhr)

Step, rocking chair, ½ turn l, back lockstep, coaster step

1,2&	LF vorwärts, RF vorwärts, LF rückbelasten
3&4&	RF rückwärts, LF rückbelasten, ½ Drehung links RF rückwärts, LF rückwärts
5&6	RF rückwärts, LF kreuzt vor RF, RF rückwärts
7&8	LF rückwärts, RF schließt an LF, LF vorwärts

Toe struts 4x

1, 2	RF point vorwärts, RF vorwärts (Finger schnipsen auf Hüfthöhe)
3, 4	LF point vorwärts, LF vorwärts (Finger schnipsen auf Hüfthöhe)
5, 6	RF point vorwärts, RF vorwärts (Finger schnipsen auf Hüfthöhe)
7, 8	LF point vorwärts, LF vorwärts (Finger schnipsen auf Hüfthöhe)

¼ turn l, step R rock back, full turn l, syncopated weave, scuff hitch

1	á2 ¼ Drehung l RF nach rechts, LF hinter RF kreuzen, RF rückbelasten
3	á4 ¼ Drehung nach links, LF vorwärts, ½ Drehung nach links rückwärts, ¼ Drehung L, LF vorwärts
5&6	RF kreuzt vorn über LF, LF nach links, RF kreuzt hinter LF
7, 8	⅛ Drehung (7:30 Uhr) LF nach links, RF mit Ferse über den Boden Knie wird dabei angewinkelt hochgezogen

Step back 2x, coaster step, walk 2x, anchor step, ½ sweep turn r

1, 2	RF rückwärts, LF rückwärts ⅛ Drehung nach rechts (9 Uhr)
3&4	RF rückwärts, LF schließt an RF, RF vorwärts
5, 6	LF vorwärts, RF vorwärts
7&8	LF hinter RF kreuzen, Schritt RF am Platz, Schritt LF am Platz dabei ½ Drehung rechts (3 Uhr)

Coaster step, chassé, points, hold (with hip bums 2x)

1&2	RF rückwärts, LF schließt an RF, RF vorwärts
3&4	¼ Drehung rechts LF nach links (6:00 Uhr), RF schließt an LF, LF nach links,
&5&6	RF schließt an LF, LF point nach links, LF schließt an RF, RF point nach rechts,
7, 8	halten des Schrittes, leichte Hüftbewegung

Monterey turn r, coaster step, extended lock step, ½ turn l

&1&2	¼ Drehung nach rechts RF schließt an LF (9 Uhr), LF point nach links, LF schließt an RF, RF point nach rechts
3&4	¼ Drehung nach rechts RF rückwärts (12 Uhr), LF schließt an RF, RF vorwärts

5&6&	LF vorwärts, RF kreuzt hinter LF, LF vorwärts, RF kreuzt hinter LF
7, 8&	LF vorwärts, RF vorwärts, LF schließt an RF mit ½ Drehung (6 Uhr)

Hold, point with hip bums, ¾ paddle turn

1	¼ Drehung nach links RF nach rechts abstellen (3 Uhr)
2, 3, 4	halten dabei Arme langsam nach oben bewegen, und Hüfte 3x nach links schwingen
5&6&	¼ Drehung r LF point nach links dabei Knie leicht anziehen (5&) (6 Uhr), ¼ Drehung r LF point nach links dabei Knie leicht anziehen (6&) (9 Uhr),
7&8	¼ Drehung r LF point nach links dabei Knie leicht anziehen (7&) (12 Uhr), Es kann dabei geschnipst werden, LF neben RF abstellen

Arm movements on the spot

1&	Beide Arme rechts schräg oben, beide Arme auf Hüfthöhe nach links schräg unten
2&	Beide Arme rechts schräg unten, beide Arme auf Hüfthöhe nach links schräg oben
3&4	Wie 1&2
5,6,7,8	Beide Arme über den Kopf öffnen und im Kreis langsam nach unten führen.

Nachdem ihr AB, Brücke 1, CB, Brücke 2, C getanzt habt, schließt sich am Ende noch ein letztes mal der Part A an. Tanze am Ende allerdings nur 16 counts, dann endet das Lied.

HINWEISE und BRÜCKEN

Der Tanz startet mit Part A, dann Part B 5 Wände inklusive Brücke 1, Part C, Part B 4 Wände inklusive Brücke 2, Part C, Part A endet mit dem Song nach 16 counts. (ABCBCA)

Brücke 1 in der 5. Wand in Part B nach 8 counts, belaste RF statt pointen
Cross points, monterey turn r, ½ spiral turn r

1, 2	LF pointet über RF, LF pointet nach links
3, 4	LF pointet über RF, LF pointet nach links
5&	¼ Drehung rechts LF pointet nach links, LF schließt an RF
6&	RF pointet nach rechts, RF schließt an LF
7&	¼ Drehung rechts LF pointet links, LF schließt an RF
8&	RF pointet rechts, ½ Drehung rechts auf LF, RF ist vor dem LF gekreuzt

Brücke 2 in der 4. Wand in Part B nach dem ersten mal, wenn Part C getanzt wurde, nach 8 counts
Walk around, monterey turn, ½ spiral turn r

1, 2	⅛ Drehung rechts RF vorwärts, ⅛ Drehung rechts LF vorwärts
3, 4	¼ Drehung rechts RF vorwärts, ¼ Drehung rechts LF vorwärts
&5&	RF schließt an LF, ¼ Drehung rechts LF pointet links, LF schließt an RF
6&	RF pointet rechts, RF schließt an LF
7&	¼ Drehung rechts LF pointet links, LF schließt an RF
8&	RF pointet rechts, ½ Drehung rechts auf LF, RF ist vor dem LF gekreuzt