



Adrenaline Rush

Beschreibung: 64 Count 2 Wall Intermediate Level Linedance

Musik: *Shine in the Light* von **Anna Rossinelli**

Choreographie: Maggie Gallagher (September 2015)

INTRO: 16 counts. Der Tanz beginnt mit dem Wort 'picture'
1 RESTART in der 3. Wand, Section 8 (count 60)
3 BRÜCKEN nach Wand 1, 2 und 6

S1: side, rock back, r chassé, rock back, l chassé

- 1-3 Schritt nach links mit Links, Schritt zurück mit Rechts, Gewicht zurück auf Links
- 4&5 Schritt nach rechts mit Rechts, Links neben Rechts schließen, Schritt nach rechts mit Rechts
- 6-7 Schritt zurück mit Links, Gewicht zurück auf Rechts
- 8&1 Schritt nach links mit Links, Rechts neben Links schließen, Schritt nach links mit Links

S2: hold, & side, touch, 1/4, 1/2, 1/2, rock & cross

- 2& Halten, Rechts neben Links schließen
- 3-4 Schritt nach links mit Links, Rechts neben Links auf tippen
- 5-7 1/4 Drehung rechts & Schritt vor mit Rechts, 1/2 Drehung rechts & Schritt zurück mit Links, 1/2 Drehung rechts & Schritt vor mit Rechts (3:00 Uhr)
- 8&1 Schritt nach links mit Links, Gewicht zurück auf Rechts, Links vor Rechts kreuzen

S3: r side rock, cross, side together, l chassé

- 2-4 Schritt nach rechts mit Rechts, Gewicht zurück auf Links, Rechts vor Links kreuzen
- 5-6 Schritt nach links mit Links, Rechts neben Links schließen
- 7&8 Schritt nach links mit Links, Rechts neben Links schließen, Schritt nach links mit Links

S4: bump back, locked triple fwd, step turn 1/2 r, locked triple fwd

- 1-2 Schritt zurück mit Rechts & Hüfte zurückschwingen, Gewicht zurück auf Links
- 3&4 Schritt vor mit Rechts, Links hinter Rechts kreuzen, Schritt vor mit Rechts
- 5-6 Schritt vor mit Links, 1/2 Drehung rechts (Gewicht am Ende auf Rechts, 9:00 Uhr)
- 7&8 Schritt vor mit Links, Rechts hinter Links kreuzen, Schritt vor mit Links

S5: point r, hold & point l, 1/4 turn l, hitch, back bump, bump, bump

- 1-2 Rechte Spitze gestreckt nach rechts auf tippen, halten
- &3 Rechts neben Links schließen, linke Spitze gestreckt nach links auf tippen
- 4-5 1/4 Drehung links, linkes Knie heben (6:00)
- 6-8 Schritt zurück mit Links & Hüften nach links hinten schwingen, Hüften nach rechts vorne schwingen, Hüften nach links hinten schwingen



S6: ball, 1/4 turn l & cross, hold, side, cross, hitch, jazz box with 1/2 turn r

- &1-2 Rechten Ballen neben Links aufsetzen, 1/4 Drehung links & Links vor Rechts kreuzen, halten (3:00 Uhr)
&3-4 Kleiner Schritt nach rechts mit Rechts, Links vor Rechts kreuzen, rechtes Knie heben
5-6 Rechts vor Links kreuzen, 1/4 Drehung rechts & Schritt zurück mit Links (6:00 Uhr)
7-8 1/4 Drehung rechts & Schritt nach rechts mit Rechts, Links vor Rechts kreuzen (9:00 Uhr)

S7: side r, hold, together & side rock, together & side rock, sailor step with 1/4 turn l

- 1-2& Schritt nach rechts mit Rechts, halten, Links neben Rechts schließen
3-4 Schritt nach rechts mit Rechts, Gewicht zurück auf Links
&5-6 Rechts neben Links schließen, Schritt nach links mit Links, Gewicht zurück auf Rechts
7&8 Links hinter Rechts kreuzen, 1/4 Drehung links & Rechts neben Links schließen, Schritt vor mit Links

S8: walk r, l kick ball change, touch, bump l, r, l, r

- 1 Schritt vor mit Rechts
2&3 Kick vor mit Links, linken Ballen neben Rechts aufsetzen, Gewicht auf Rechts
RESTART an dieser Stelle in Wand 3
4 Links neben Rechts auftippen
5-8 Hüften nach links – rechts – links - rechts schwingen

Tag / Brücke 1: Nach der 1. Wand

Side point, side point, sway down – down – up – up

- 1 Schritt nach links & Hüften nach links schwingen & leicht in die Knie gehen
2 Rechte Spitze nach rechts diagonal vor auftippen
3 Schritt nach rechts & Hüften nach rechts schwingen & leicht in die Knie gehen
4 Linke Spitze nach links diagonal vor auftippen
5-8 Hüften nach links – rechts – links – rechts schwingen & dabei auf 5-6 leicht in die Knie gehen und auf 7-8 wieder aufrichten

Side touch, side touch, bump l, r, l, r

- 9-10 Schritt nach links mit Links, Rechts neben Links auftippen,
11-12 Schritt nach rechts mit Rechts, Links neben Rechts auftippen
13-16 Hüften nach links – rechts – links – rechts schwingen

Tag / Brücke 2: Nach der 2. und 6. Wand

Side point, side point, sway down – down – up – up

- 1-8 Tanze die ersten 8 counts der Brücke 1

ENDE: Der Tanz endet nach der Brücke nach Wand 6.