

Mind Up



Tanzschule Kopetzky

Choreographer: José Miguel Belloque Vane & Jean-Pierre Madge
Description: 48 counts, 4 walls
Level: Advanced
Music: Hands Up / Merk & Kremont, ft. DNCE

CROSS R, KICK L, JAZZ BOX STEP L, BIG STEP L, TOGETHER R, KICK-BALL-STEP L

- 1,2 RF vor LF kreuzen, LF Kick seit L, dabei linken Arm nach links außen und rechten Arm nach oben strecken
3&4& LF vor RF kreuzen, RF Schritt zurück, LF Schritt seit L, RF Schritt vor
5, 6 LF großen Schritt vor, dabei die Finger der rechten Hand unter das Kinn legen, RF zu LF schließen (Gewicht auf RF), dabei mit den Fingern den Kopf anheben
7&8 LF Kick vor, auf LF Ballen zurücksteigen und RF leicht anheben, RF Schritt vor mit Gewicht

HEEL HEEL POSE, COASTER STEP R, DIAG LOCKSTEP L FWD, DIAG LOCKSTEP R FWD, KICK BALL L

- &1,2 ₁LF auf Ballen $\frac{1}{4}$ Drehung L (RF bleibt gerade),
₁RF auf Ferse zunächst $\frac{1}{4}$ Drehung nach L (beide Füße parallel), dann auf Ballen weiter $\frac{1}{4}$ Drehung L
₂LF zu RF schließen, dabei rechten Arm waagrecht vor der Brust über linkem kreuzen, dabei Gewicht auf LF
3&4 RF Schritt zurück, LF neben RF schließen, RF Schritt vor
5&6 LF Schritt diagonal L vor, RF hinter LF kreuzen, LF Schritt diagonal L vor
&7& RF Schritt diagonal R vor, LF hinter RF kreuzen, RF Schritt diagonal R vor
8& LF Kick vor, LF neben RF schließen

17-32: Wiederhole Schritte 1-16

Restart Wand 5

**SIDE R, SAILOR STEP L, LOCK STEP R w ¼ TURN L, ¼ TURN L SIDE R, ¼ TRUN L
SIDE L, 3x(BALL R, CROSS L w ¼ TURN L)**

- 1 RF Schritt seit R
2&3 LF hinter RF kreuzen, RF Schritt seit R, LF Schritt seit L
& RF hinter LF kreuzen
4 ¼ Drehung L dabei LF Knie anheben und LF Schritt vor
5, 6 ¼ Drehung L und RF Schritt seit R, ½ Drehung L und LF Schritt seit L
&7&8&1
RF auf Ballen neben LF aufsteigen, LF vor RF kreuzen, dabei ¼ Drehung L
=> insgesamt 3x, danach 03:00

**HOLD, SIDE R, LOCK L, OUT R, OUT L, CLOSE R, CROSS L, STOMP R, HOLD,
TOE-HEEL-HITCH R**

- 2&3 halten, RF Schritt seit R, LF hinter RF kreuzen
&4 RF Schritt seit R, LF Schritt seit L
&5-6 RF zu LF schießen, LF vor RF kreuzen, RF seit R aufstampfen, dabei beide
Arme seitlich nach unten ausstrecken
7&8& 7halten, 8RF Zehen nach innen drehen, 8RF Ferse nach innen drehen,
&RF Knie anziehen