



Adaptable

Choreograph: Frank Trace
 Description: 32 Count, 4-Wall, Beginner/Intermediate Line Dance
 Music: "Trust Yourself" by Carlene Carter
 "Come On Over" by Christina Aguilera
 "My Prerogative" by Bobby Brown
 "Touch Me" by Cathy Dennis

Workshop Lucky Liners 24 03 07 Robert Hahn

Section Steps	Actual Footwork	Calling Suggestion	Dir
1	(1-8) ¼ Kick Ball Heel Turn Left & Walks Forward, Shuffle Forward, Rock Step		
1&2	RF Kick nach vorne, RF neben LF abstellen, ¼ Drehung nach links dabei LF Ferse nach vorne auftippen	Kick Ball Heel	9
&3-4	LF neben RF abstellen und RF Schritt nach vorne, LF Schritt nach vorne	And Walk Walk	
5&6	RF Schritt nach vorne, LF neben RF abstellen und RF Schritt nach vorne	Shuffle Forw.	
7-8	LF Schritt nach vorne, RF am Platz belasten	Rock Recover	
2	(9-16) Coaster Step, Step, ¼ Turn, Sailor Step, ¼ Sailor Turn Left		
1&2	LF Schritt zurück, RF neben LF abstellen und LF Schritt nach vorne	Coaster Step	6
3-4	RF Schritt nach vorne, ¼ Drehung auf beiden Fußballen nach links	Step Turn	
5&6	RF Schritt hinter LF nach links (kreuzen), LF Schritt nach links und RF kleiner Schritt nach rechts	Sailor Step	
7&8	LF Schritt mit ¼ Drehung hinter RF nach rechts (kreuzen) RF Schritt nach links und LF kleiner Schritt nach links	Sailor Turn	
3	(17-24) Small Jump Forward & Back With Finger Clicks, Diagonal Shuffles Forward		
&1-2	Kleiner Sprung nach vorne dabei RF Schritt hüftbreit nach rechts und LF Schritt hüftbreit nach links, Pause dabei mit Fingern schnippen.	And Jump Click	
&3-4	Kleiner Sprung zurück dabei RF Schritt hüftbreit nach rechts zurück und LF Schritt hüftbreit nach links zurück, Pause dabei mit Fingern schnippen.	And Jump Click	
<u>Note</u>	Bei den Sprüngen können als Styling die Schultern geschüttelt werden (Sholder Shimmys)		
5&6	RF Schritt nach rechts vorne, LF neben RF abstellen und RF Schritt nach rechts vorne	Shuffle right	
7&8	LF Schritt nach links vorne, RF neben LF abstellen und LF Schritt nach links vorne	Shuffle Left	
4	(25-32) Rock Step, ½ Shuffle Turn Right, Rock Step, ½ Shuffle Turn Left		
1-2	RF Schritt nach vorne, LF am Platz belasten	Rock Recover	9
3&4	RF Schritt mit ¼ Drehung nach rechts, LF neben RF abstellen und RF Schritt mit ¼ Drehung nach rechts	Triple Turn	
5-6	LF Schritt nach vorne, RF am Platz belasten	Rock Recover	
7&8	LF Schritt mit ¼ Drehung nach links, RF neben LF abstellen und LF Schritt mit ¼ Drehung nach links	Triple Turn	

See you on the dance floor

Klaus