

# Valerie

32 count, 4 wall, beginner/intermediate level

**Choreographie:** Rachael McEnaney

**Musik:** Valerie – Mark Ronson ft. Amy Winehouse

---

## **MAMBO FORWARD, SHUFFLE BACK, COASTER STEP, HEEL STRUT R + L**

- 1&2 Schritt nach vor mit links, Gewicht zurück auf den RF und Schritt zurück mit links
- 3&4 Schritt zurück mit rechts, LF an rechten heransetzen und Schritt zurück mit rechts
- 5&6 Schritt zurück mit links, RF an linken heransetzen und Schritt nach vor mit links
- 7& Schritt nach vor mit rechts und nur die Ferse aufsetzen, RF absenken
- 8& Schritt nach vor mit links und nur die Ferse aufsetzen, LF absenken

## **CROSS ROCK, CROSS ROCK WITH ¼ TURN L, HEEL ROCK, BALL ROCK WITH ¼ TURN L, RIGHT SHUFFLE**

- 1&2 RF vor linken kreuzen, Gewicht zurück auf den LF und Schritt nach rechts mit rechts
- 3&4 LF vor rechten kreuzen, Gewicht zurück auf den RF und ¼ Drehung nach links, Schritt nach vor mit links (9:00)
- 5& Schritt nach vor mit rechts und nur die Ferse aufsetzen, Gewicht zurück auf den LF
- 6& Schritt zurück mit rechts und nur den Ballen aufsetzen, ¼ Drehung nach links und Gewicht zurück auf den LF (6:00)
- 7&8 Schritt nach vor mit rechts, LF an RF heransetzen, Schritt nach vor mit rechts

## **LEFT RUMBA BOX, COASTER STEP, RIGHT TOE HEEL CROSS**

- 1&2 Schritt nach links mit links, RF an linken heransetzen und Schritt nach vor mit links
- 3&4 Schritt nach rechts mit rechts, LF an rechten heransetzen und Schritt zurück mit rechts
- 5&6 Schritt zurück mit links, RF an linken heransetzen und Schritt nach vor mit links
- 7&8 Rechte Fußspitze neben LF auftippen, Rechte Ferse diagonal rechts vorne auftippen und RF vor linken kreuzen

## **LEFT CHARLESTON STEP, LEFT SIDE ROCK CROSS, ¾ TURNING TRIPLE STEP**

- 1-2 Linke Fußspitze vorne auftippen - Schritt zurück mit links
- 3-4 Rechte Fußspitze hinten auftippen - Schritt nach vor mit rechts
- 5&6 Schritt nach links mit links, Gewicht zurück auf den RF und LF vor rechten kreuzen
- 7&8 ¼ Drehung nach links und Schritt zurück mit rechts - ½ Drehung nach links und Schritt nach vor mit links, Schritt nach vor mit rechts (9:00)