


LOSE CONTROL

Choreograaf:	Bradley Mather (USA)	(September 2023)	 Moderne lineDance
Muren:	1		
Niveau:	3 Rolling 8/Viennese Waltz		
Tellen:	64		
Muziek:	Teddy Swims - Lose Control		
Intro:	4 tellen		
Tags/Restarts:	1 RESTART na 15 tellen in de. 3 ^e muur, kleine stap wijziging en start opnieuw op tel 33		
Note:	start de dans op 10:30		

1. STEP 1 – 9:

BACK, HOOK, STEP- $\frac{1}{8}$ SWEEP, CROSS-SIDE-TOGETHER, BALL CROSS $\frac{1}{4}$ X2, BALL, BACK ROCK $\frac{1}{4}$, 1 $\frac{3}{4}$ TURN W/HITCH

1&a	LV stap achter en kruis R-been voor L-been	[10:30]
2&a	RV stap voor, zwaai LV van achter naar voor en draai $\frac{1}{8}$ rechtsom	[12]
3a4	LV stap gekruist voor RV, RV stap opzij, LV stap naast RV	[12]
a5	RV stap $\frac{1}{4}$ linksom voor, LV stap gekruist voor RV	[9]
a6	RV stap $\frac{1}{4}$ linksom voor, LV stap gekruist voor RV	[6]
a7	RV stap $\frac{1}{4}$ linksom voor, LV zet achter	[3]
8&a	gewicht terug op RV, draai $\frac{1}{2}$ rechtsom en LV stap achter, draai $\frac{1}{2}$ door en RV stap voor	[3]
1&a	LV stap voor, draai $\frac{3}{4}$ rechtsom en til R-knie op	[12]

2. STEP 10 – 16:

SWAY X2, WEAVE, BACK SIDE ROCK-CROSS BEHIND X2, BACK DRAG, RUN X3

2&a	RV stap opzij en zwaai lichaam rechts	[12]
3&a	gewicht naar LV en zwaai lichaam links	[12]
4&a	RV stap gekruist voor LV, LV stap opzij, RV stap gekruist achter LV	[12]
5&a	LV zet opzij, gewicht terug op RV, LV stap gekruist achter RV	[12]
6&a	RV zet opzij, gewicht terug op LV, RV stap gekruist achter LV	[12]
7	LV stap op L-diagonaal achter en sleep RV tot naast LV	[12]
* R *[12]	Tijdens de 3 ^e muur: verander de tellen 8.a. in: RV stap opzij, LV stap naast RV en ga verder vanaf tel 33 (sla 2 blokjes over)	
8&a	RV stap $\frac{1}{8}$ rechtsom voor, LV stap voor, RV stap voor	[1:30]

3. STEP 17 – 24:

STEP & SWEEP $\frac{3}{8}$, TOUCH, WALK X2, PIVOT $\frac{1}{2}$ TURN R., $\frac{1}{4}$ TURN R. SIDE, BACK ROCK, SIDE, BACK ROCK, SIDE, BEHIND-SIDE-CROSS

1&a	LV stap voor, zwaai RV van achter naar voor en draai $\frac{3}{8}$ linksom (L-arm komt omhoog en "kam" je haar)	[9]
2&a	RV tik voor en buig je knie, R-hand steek opzij en knip met je vingers	[9]
3&a	RV stap voor	[9]
4a	LV stap voor, draai $\frac{1}{2}$ rechtsom (gew. RV)	[3]
5&a	draai $\frac{1}{4}$ rechtsom en LV stap opzij, RV zet achter, gewicht terug op LV	[6]
6&a	RV stap opzij, LV zet achter, gewicht terug op RV	[6]
7	LV stap opzij	[6]
8&a	RV stap gekruist achter LV, LV stap opzij, draai $\frac{1}{8}$ linksom en RV stap gekruist voor LV	[4:30]

4. STEP 25 – 32:

STEP-BRUSH-HITCH, BACK, COASTER STEP, STEP WITH SWEEP $\frac{1}{8}$ TURN R., WEAVE WITH SWEEP, TOUCH BEHIND, $1\frac{1}{2}$ TURN R.

1&a	LV stap voor, RV veeg bal over de vloer, til R-knie op	[4:30]
2	RV stap achter	[4:30]
3&a	LV stap achter, RV stap naast LV, LV stap voor	[4:30]
4	RV stap voor en zwaai LV van achter naar voor terwijl je $\frac{1}{8}$ rechtsom draait	[6]
5&a	LV stap gekruist voor RV, RV stap opzij, LV stap gekruist achter RV	[6]
6&a	RV stap opzij, LV stap gekruist voor RV, RV stap opzij	[6]
7&a	LV stap gekruist achter RV en zwaai RV van voor naar achter	[6]
8&a	RV tik gekruist achter LV, draai op RV $1\frac{1}{2}$ draai rechtsom en stap op LV	[12]

Optie: draai $\frac{1}{2}$ rechtsom

5. STEP 33 – 40:

SWAY X3, REACH, SIT $\frac{1}{8}$ R, STAND UP, RUN X2, SIDE

1&a	RV stap opzij en zwaai lichaam rechts	[12]
2&a	zwaai lichaam links en L-arm naar links	[12]
3&a	zwaai lichaam rechts en R-arm naar rechts	[12]
4&a	LV stap opzij en breng beide armen omhoog, kruis armen boven je hoofd	[12]
5&a	draai $\frac{1}{8}$ rechtsom, RV stap achter, ga zitten op je R-been en breng gekruiste armen omlaag voor je bors	[1:30]
6&a	blijf zitten op R-been	[1:30]
7&a	kom omhoog op L-been	[1:30]
8&a	RV stap voor en laat armen zakken, LV stap voor, RV stap opzij	[1:30]

Vervolg "LOSE CONTROL"

6. STEP 41 – 48:

REACH X2, CROSS ARMS, SWAY X3, (CROSS-SIDE- $\frac{1}{8}$ TURN R., TWINKLE) 2X

1&a	breng R-arm voor, breng L-arm voor, kruis beide armen voor de borst	[1:30]
2&a	zwaai lichaam links en breng beide armen beneden naar opzij	[1:30]
3&a	zwaai lichaam rechts	[1:30]
4&a	zwaai lichaam links	[1:30]
5&a	RV stap gekruist voor LV, LV stap opzij, RV stap $\frac{1}{8}$ rechtsom	[3]
6&a	LV stap gekruist voor RV, draai $\frac{1}{4}$ linksom en RV stap achter, draai $\frac{1}{4}$ door en LV stap opzij	[9]
7&a	RV stap gekruist voor LV, LV stap opzij, RV stap $\frac{1}{8}$ rechtsom	[10:30]
8&a	LV stap gekruist voor RV, draai $\frac{1}{4}$ linksom en RV stap achter, draai $\frac{1}{4}$ door en LV stap opzij	[4:30]

7. STEP 49 – 56:

CROSS ROCK, STEP BACK & SWEEP X3, SEAWEED ARMS, FULL TURN L (W/ WINDMILL ARMS)

1	RV zet gekruist voor LV	[4:30]
2	gewicht terug op LV en zwaai RV van voor naar achter	[4:30]
3	RV stap achter en zwaai LV van voor naar achter	[4:30]
4	LV stap achter en zwaai RV van voor naar achter	[4:30]
5&a	RV stap achter en breng R-arm omhoog met de elleboog eerst (alsof zeewier beweegt in het water) en beweeg je L-Hand op dezelfde manier	[4:30]
6&a	gewicht blijft op RV en leun achter, wissel armen achterwaarts geleund, wissel armen achterwaarts geleund	[4:30]
7	wissel armen achterwaarts geleund en breng R-arm omhoog en over je hoofd naar je rug terwijl je achterwaarts leunt en til L-been iets op	[4:30]
8&a	LV stap voor en breng L-arm naar beneden en R-arm omhoog met gestrekte ellebogen, draai $\frac{1}{2}$ linksom en RV stap achter terwijl je je armen wisselt, draai $\frac{1}{2}$ door en LV stap voor terwijl je je armen wisselt	[4:30]

8. STEP 57 – 64:

PIVOT $\frac{1}{2}$ TURN L. WITH STEP, STEP, SAMBA STEP, HEEL GRIND CROSS BACKS X2, CROSS ROCK SIDE $\frac{1}{4}$, PIVOT $\frac{1}{2}$ TURN L., $\frac{1}{2}$ TURN L.

1&a	RV stap voor, draai $\frac{1}{2}$ linksom op RV en LV stap voor, RV stap voor	[10:30]
2	LV stap voor	[10:30]
3a4	RV stap gekruist voor LV, LV stap opzij, RV stap $\frac{1}{8}$ rechtsom	[1:30]
5&a	LV zet hak gekruist voor RV, draai $\frac{1}{4}$ links en RV stap opzij, LV stap opzij	[10:30]
6&a	RV zet hak gekruist voor LV, draai $\frac{1}{4}$ rechts en LV stap opzij, RV stap opzij	[1:30]
7&a	LV zet gekruist voor RV, gewicht terug op RV, LV stap $\frac{1}{4}$ linksom	[10:30]
8&a	RV stap voor, draai $\frac{1}{2}$ linksom en LV stap voor, draai $\frac{1}{2}$ door en RV stap achter	[10:30]