

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepat

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Musik: You Can Call Me Al

Künstler: Paul Simon

CD: The Essential

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepap

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Musik: You Can Call Me Al

Künstler: Paul Simon

CD: The Essential

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepát

Musik: You Can Call Me Al

CD: The Essential

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Künstler: Paul Simon

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepat

Musik: You Can Call Me Al

CD: The Essential

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Künstler: Paul Simon

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepap

Musik: You Can Call Me Al

CD: The Essential

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Künstler: Paul Simon

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepat

Musik: You Can Call Me Al

CD: The Essential

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Künstler: Paul Simon

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepat

Musik: You Can Call Me Al

CD: The Essential

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Künstler: Paul Simon

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepap

Musik: You Can Call Me Al

CD: The Essential

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Künstler: Paul Simon

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepap

Musik: You Can Call Me Al

CD: The Essential

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Künstler: Paul Simon

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepap

Musik: You Can Call Me Al

CD: The Essential

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Künstler: Paul Simon

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepat

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Musik: You Can Call Me Al

Künstler: Paul Simon

CD: The Essential

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepát

Musik: You Can Call Me Al

CD: The Essential

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Künstler: Paul Simon

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepat

Musik: You Can Call Me Al

CD: The Essential

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Künstler: Paul Simon

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepat

Musik: You Can Call Me Al

CD: The Essential

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Künstler: Paul Simon

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009

Bodyguard

Line Dance, 32 Takte, 4 Wände



Choreographie: Daniel Trepap

Schwierigkeitsgrad: Einfach/ Mittel

Musik: You Can Call Me Al

Künstler: Paul Simon

CD: The Essential

BPM: 132

1-8 Heel Switches, Stomp, Lift Shoulders, Step 3x, 1/4 Turn

1& Rechte Ferse nach vorn, RF neben LF

2& Linke Ferse nach vorn, LF neben RF

3, 4 Rechte Fussspitze neben LF, Schultern heben (wie ein Bodybuilder)

5, 6, 7 RF nach vorn, LF nach vorn, RF nach vorn

8 1/4-Drehung links und Schultern senken

9-16 Swivel 3x (Mashed Potatoes), Touch, Vine Full Turn, Kick

&1 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

&2 Beide Fersen nach aussen drehen, LF hinter RF und Fersen nach innen drehen

&3 Beide Fersen nach aussen drehen, RF hinter LF und Fersen nach innen drehen

4 Linke Fussspitze neben RF

5, 6, 7 1/4-Drehung links und LF nach vorn,
1/2-Drehung links und RF zurück,
1/4-Drehung links und LF nach links

8 RF nach rechts kicken und mit linkem Zeigefinger nach links oben zeigen

17-25 1/4 Turn, 1/4 Turn Scuff, Step Scuff, Step, 3/4 Turn with Hitches

1, 2 1/4-Drehung nach rechts und RF nach vorn, 1/4-Drehung rechts und Scuff mit LF

3, 4 LF nach links, Scuff mit RF

5 RF nach rechts

6, 7, 8 1/4-Drehung links und linkes Knie heben (3x)

26-32 Step, Hold, Step, Hold, Walking 3/4 Turn, Hold

1, 2 LF nach vorn und rechtes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben LF, warten

3, 4 RF nach vorn und linkes Knie etwas anwinkeln und Fussspitze neben RF, warten

5, 6, 7 3/4-Drehung links mit drei Schritten L, R, L

8 Warten

von vorn beginnen

Mavericks Line Dancers

E-Mail: arthur@country-music.ch

Edited: 2. Sept. 2009