

One Day



www.country-stafke.be

Choreographer : Wil Bos & Regina Cheung

Walls : 4-wall line dance

Level : Intermediate

Counts 34

Intro : 8 counts

Music : Just One Day by Élage Diouf & Johnny Ried

Sec 1 Nightclub Basic, $\frac{1}{4}$ Step, Step $\frac{1}{2}$ Pivot Step, Full Turn Step, Mambo Sweep

1-2& Stap LV naar links, Stap RV naast LV, Kruis LV over RV

3 Stap RV naar voor $\frac{1}{4}$ draai rechtsom (3:00)

4&5 Stap LV naar voor, $\frac{1}{2}$ pivot draai rechtsom zet gewicht op RV, Stap LV naar voor (9:00)

6&7 $\frac{1}{2}$ draai rechtsom stap RV naar achter, $\frac{1}{2}$ draai rechtsom stap LV naar voor, Stap RV naar voor (9:00)

8&1 Stap LV naar voor, gewicht terug op RV, Stap LV naar achter en sweep RV van voor naar achter.

Sec 2 Behind, Side, Cross Rock, Recover, Side Cross, $\frac{3}{4}$ Run Around, $\frac{1}{8}$ Mambo Drag

2& Kruis RV achter LV, Stap LV naar links

3-4& Kruis RV over LV, Zet gewicht terug op LV, Stap RV naar rechts

5 Kruis LV over RV

6&7 $\frac{1}{4}$ draai rechtsom en stap RV naar voor, $\frac{1}{4}$ draai rechtsom stap LV naar voor,

$\frac{1}{4}$ draai rechtsom en stap RV naar voor (6:00)

8&1 $\frac{1}{8}$ draai rechtsom en stap LV naar voor, gewicht terug op RV,

stap LV naar achter en sleep RV naar LV (7:30)

Sec 3 Run Back, Mambo Back, Full Turn Step, Mambo Sweep

2&3 Stap RV naar achter, Stap LV naar achter, Stap RV naar achter

4& Stap LV naar achter, Gewicht terug op RV

Restartpunt In muur 4 & 6, Draai $\frac{1}{8}$ linksom en restart op 3:00 in de vierde muuren op 12:00 in de zesde muur

5 Stap LV naar voor

6&7 $\frac{1}{2}$ draai linksom stap RV naar achter, $\frac{1}{2}$ draai linksom stap LV naar voor,

Stap RV naar voor (7:30)

8&1 Stap LV naar voor, Gewicht terug op RV, Stap LV naar achter sweep RV van voor naar achter

Sec 4 $\frac{1}{2}$ Sailor Turn, Press Rock, Recover, Kick, Weave, Side Rock, Recover, Cross, Sway Sway

2&3 $\frac{1}{4}$ rechtsom en kruis RV achter LV, $\frac{1}{4}$ rechtsom en stap LV naar links, stap RV naar voor (1:30)

4-5 duuw (press) LV naar voor, Gewicht terug op RV en kick LV laag naar voren

6&7 Kruis LV achter RV, $\frac{1}{8}$ rechtsom en stap RV naar rechts, Kruis LV over RV (3:00)

&8& Stap RV naar rechts, zet gewicht terug op LV, Kruis RV over LV

9-10 Beweeg heup naar Links, beweeg heup naar rechts

Start Again



www.country-stafke.be