



The Nowland Country Dancers



I Washed My Hands (December 2024)

Choreografie : Antoinette Claassens

Niveau : Beginner

Muziek : (I washed my hands in) muddy water

Artiest : Jarno Vergouwen

Soort dans : 4 muurs lijndans

Tellen : 32

Tempo : 165 BPM

Toe struts R-L, rocking chair, (2x)

1 & RV zet teen voor – zet hak neer

2 & LV zet teen voor – zet hak neer

3 & 4 & RV rock voor – terug op LV

RV rock achter – terug op LV

5 & RV zet teen voor – zet hak neer

6 & LV zet teen voor – zet hak neer

7 & 8 & RV rock voor – terug op LV

RV rock achter – terug op LV

1/4 L side mambo cross, hinge 1/2 turn R,

1/2 rumba box fwd x 2

1 & 2 1/4 L.om RV rock opzij

terug op LV – RV kruis over

3 & 4 LV stap 1/4 R.om opzij

RV stap 1/4 R.om achter – LV kruis over

5 & 6 RV stap opzij – LV sluit – RV stap voor

7 & 8 LV stap opzij – RV sluit – LV stap voor

Mambo 1/2 turn R, shuffle 1/2 turn R,

1/4 R side mambo cross,

step, pivot 1/4 R, step fwd

1 & 2 RV rock voor – terug op LV

RV stap 1/2 R.om voor

3 & 4 LV stap 1/4 R.om voor – RV sluit

LV stap 1/4 R.om achter

5 & 6 1/4 R.om RV rock opzij – terug op LV

RV kruis over

7 & 8 LV stap opzij – LV+RV draai 1/4 R.om

LV stap voor

Traveling twist R + L,

back mambo step, pivot 1/2 R

1 & 2 Twist hakken – tenen – hakken R opzij

3 & 4 Twist hakken – tenen – hakken L opzij

5 & 6 RV rock achter – terug op LV

RV stap voor

7 & 8 LV stap voor – LV+RV draai 1/2 R.om

LV stap voor

Begin opnieuw!

Finish:

Dans het eerste blok t/m tel 7 & [9]

Dan 8 : stap 1/4 R.om naar de startmuur [12