

## CATCH & RELEASE

Coreógrafo: Lourdes García Rosa

Descripción: 32 counts, 4 paredes. Nivel Novice

Música Sugerida: "Catch & Release" de Matt Simons

Hoja redactada por Lourdes Garcia

### DESCRIPCIÓN PASOS

#### **1-8: CROSS ,STEP BACK ¼ RIGHT & CROSS STEP RIGHT, SAILOR LEFT, ¼ LEFT, STEP RIGHT FORWARD, ¼ LEFT**

- 1 Cross pie derecho por delante del pie izquierdo
- 2 Paso pie izquierdo detrás con un giro de ¼ a la derecha
- & Paso pie derecho a la derecha
- 3 Cross pie izquierdo por delante del pie derecho
- 4 Paso pie derecho a la derecha
- 5 Paso pie izquierdo detrás con giro de ¼ a la izquierda
- & Paso pie derecho a la derecha
- 6 Paso pie izquierdo delante
- 7 Paso pie derecho delante
- 8 Giro de ¼ a la izquierda pivotando sobre ambos pies.

#### **9-16: MAMBO RIGHT FORWARD, MAMBO LEFT FORWARD ¼ RIGHT X 2**

- 9 Rock pie derecho delante
- & Recuperar peso en pie izquierdo
- 10 Paso pie derecho al lado del pie izquierdo
- 11 Rock pie izquierdo delante
- & Recuperar peso en pie derecho girando ¼ a la derecha
- 12 Paso pie izquierdo al lado del pie derecho
- 13 Rock pie derecho delante
- & Recuperar peso en pie izquierdo
- 14 Paso pie derecho al lado del pie izquierdo
- 15 Rock pie izquierdo delante
- & Recuperar peso en pie derecho girando ¼ a la derecha
- 16 Paso pie izquierdo al lado del pie derecho

#### **17-24: TOUCH RIGHT FORWARD & BACK, TRIPLE RIGHT FORWARD, STEP LEFT FORWARD, ¼ RIGHT, CROSS SHUFFLE LEFT**

- 17 Marcar punta delante pie derecho
- 18 Marcar punta detrás pie derecho
- 19 Paso pie derecho delante
- & Paso pie izquierdo al lado del pie derecho
- 20 Paso pie derecho delante
- 21 Paso pie izquierdo delante
- 22 Girar ¼ a la derecha pivotando sobre ambos pies
- 23 Cruzar pie izquierdo por delante del pie derecho
- & Paso pie derecho a la derecha
- 24 Cruzar pie izquierdo por delante del pie derecho

#### **25-32: ROCK RIGHT FORWARD, TRIPE LOCK BACK RIGHT & LEFT, ROCK BACK RIGHT.**

- 25 Rock pie derecho delante
- 26 Recuperar peso en pie izquierdo
- 27 Paso pie derecho detrás
- & Paso pie izquierdo cruzando por delante del pie derecho
- 28 Paso pie derecho detrás
- 29 Paso pie izquierdo detrás
- & Paso pie derecho cruzando por delante del pie izquierdo
- 30 Paso pie izquierdo detrás
- 31 Rock pie derecho detrás
- 32 Recuperar

### **VOLVER A EMPEZAR**

#### **TAG:**

después de la 2ª y la 7ª pared hacer los siguientes pasos:

Kick ball change con la pierna derecha x 2

Mambo cross pie derecho y pie izquierdo