



Be Strong

Counts 32 - 4 Wall - Beginner/Intermediate

Choreograph Audrey Watson

Musik: The Words' I Love You' by Chris DeBurgh

[Video](#)

Cross rock, locking shuffle r

1 2 RF über linken kreuzen, LF etwas anheben (etwas nach links drehen) - Gewicht zurück auf den
3&4 LF -Cha Cha nach vorn, dabei bei & den LF hinter den rechten einkreuzen (etwas nach schräg links vorn) (r - l - r)

Cross rock, locking shuffle l

5 6 LF über rechten kreuzen, RF etwas anheben (etwas nach rechts drehen) - Gewicht zurück auf RF

7&8 Cha Cha nach vorn, dabei bei & den RF hinter den linken einkreuzen (etwas nach schräg rechts vorn) (l - r - l)

Rock forward, shuffle in place turning $\frac{3}{4}$ r,

1 2 Schritt nach vorn mit rechts, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den LF Cha Cha auf der
3&4 Stelle, dabei eine $\frac{3}{4}$ Drehung rechts herum ausführen (9 Uhr)

cross, side, behind-side-cross

5 6 LF über rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts

7&8 LF hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts und LF über rechten kreuzen

Side rock turning $\frac{1}{4}$ l, shuffle forward,

1-2 3 Schritt nach rechts mit rechts, LF etwas anheben - $\frac{1}{4}$ Drehung links herum und Schritt nach
& **4** vorn mit links (6 Uhr) - cha cha nach vorne (r-l-r)

full turn r, Mambo step

5 6 $\frac{1}{2}$ Drehung rechts herum und Schritt zurück mit links - $\frac{1}{2}$ Drehung rechts herum und RF
7&8 Schritt nach vorn (6 Uhr) LF Schritt nach vorn, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF und LF an rechten heran

Back 2, shuffle back turning $\frac{1}{2}$ r,

1 2 2 gleitende Schritte zurück (r - l) Cha Cha zurück, dabei $\frac{1}{2}$ Drehung

3&4 rechts herum ausführen (r - l - r) (12 Uhr)

Step, pivot ¼ r, cross-¼ turn l-¼ turn

- Schritt nach vorn mit links - ¼ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem rechten Fuß (3 Uhr) LF über rechten kreuzen
- 5 6** dem rechten Fuß (3 Uhr) LF über rechten kreuzen
- 7&8** ¼ Drehung links herum und Schritt zurück mit rechts - ¼ Drehung links herum und Schritt nach links mit links (9 Uhr)
- Wiederholung bis zum Ende

Tag/Brücke (nach Ende der 2. und 5. Runde)

Cross rock, back rock

- 1 2 3 4** RF über linken kreuzen, LF etwas anheben (etwas nach links drehen) - Gewicht zurück auf den LF - RF zurück wieder vor auf LF

[tornado](#)

2005