

# Caught In The Act

Choreograph: Ann Wood (UK Feb 2004)  
Beschreibung: 64 Counts, 4 Wall, Intermediate  
Musik: **Who's Been Sleeping In My Bed** – Glenn Frey (109 BPM)  
**It Don't Get Better Than This** – Rodney Crowell (125 BPM)

---

## **KICK-BALL-CROSS 2x, SIDE ROCK, SAILOR STEP**

1+2 RF schräg rechts vor kicken, RF an LF heransetzen, LF vor RF kreuzen  
3+4 wie 1+2  
5, 6 RF Schritt nach rechts – LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF  
7+8 RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach links, Gewicht zurück auf RF

## **KICK-BALL-CROSS 2x, SIDE ROCK, SAILOR STEP ¼ TURN L**

1+2 LF schräg links vor kicken, LF an RF heransetzen, RF vor LF kreuzen  
3+4 wie 1+2  
5, 6 LF Schritt nach links – RF etwas anheben, Gewicht zurück auf RF  
7+8 LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, ¼ Linksdrehung und LF Schritt vor (9 Uhr)

## **ROCK STEP, COASTER STEP, ROCK STEP, TRIPLE STEP BACK ½ TURN L**

1, 2 RF Schritt vor – LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF  
3+4 RF Schritt zurück, LF an RF heransetzen, RF kleiner Schritt vor  
5, 6 LF Schritt vor – RF etwas anheben, Gewicht zurück auf RF  
7+8 Cha Cha zurück – dabei eine ½ Linksdrehung ausführen (l – r – l) (3 Uhr)

## **ROCK STEP & ROCK STEP, TRIPLE STEP BACK, BACK ROCK**

1, 2 RF Schritt vor – LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF  
+3,4 RF an LF heransetzen, LF Schritt vor – RF etwas anheben, Gewicht zurück auf RF  
5+6 Cha Cha zurück (l – r – l)  
7, 8 RF Schritt zurück – LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF

## **POINT, HOLD & POINT, HOLD, HEEL SWITCHES, STEP ¼ TURN L**

1, 2 Rechte Fußspitze rechts auftippen, Halten  
+3,4 RF an LF heransetzen, linke Fußspitze links auftippen, Halten  
+5 LF an RF heransetzen, rechte Ferse vorn auftippen  
+6 RF an LF heransetzen, linke Ferse vorn auftippen  
+7 LF an RF heransetzen, RF Schritt vor  
8 ¼ Linksdrehung auf beiden Ballen – Gewicht am Ende auf LF (12 Uhr)

## **CROSSING TRIPLE STEP, ½ HINGE TURN R, CROSS ROCK, TRIPLE STEP L**

1 RF weit vor LF kreuzen  
+2 LF an RF herangleiten lassen, RF weit vor LF kreuzen  
3, 4 ¼ Rechtsdrehung und LF Schritt zurück (3 Uhr), ¼ Rechtsdrehung und RF an LF heransetzen (6 Uhr)  
5, 6 LF vor kreuzen – RF etwas anheben, Gewicht zurück auf RF  
7+8 LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen, LF Schritt nach links

## **CROSS, POINT, SLOW HEEL JACKS**

1, 2 RF vor LF kreuzen, linke Fußspitze links auftippen  
+3,4 LF an RF heransetzen, rechte Ferse schräg rechts vorn auftippen, Halten  
+5,6 RF an LF heransetzen, LF vor RF kreuzen, Halten  
+7,8 RF an LF heransetzen, linke Ferse schräg links vorn auftippen, Halten

## **& CROSS, ¼ TURN R, COASTER STEP, WALK 2x, TRIPLE STEP FWD**

+1,2 LF an RF heransetzen, RF vor LF kreuzen, ¼ Rechtsdrehung und LF Schritt zurück (9 Uhr)  
3+4 RF Schritt zurück, LF an RF heransetzen, RF kleiner Schritt vor  
5, 6 2 Schritte nach vor (l – r) (*Option: ganze Linksdrehung*)  
7+8 Cha Cha nach vor (l – r – l)

## **Wiederholung bis zum Ende**

Quelle: [www.linedancermagazine.com](http://www.linedancermagazine.com)