

# It Hurts

Choreograph: Kahty Chang & Sue Hsu  
Beschreibung: 48 Count, 4 Wall, Beginner/intermediate  
Musik: **It Hurts** – Lena Philipsson (127 BPM)  
Hinweis: Der Tanz beginnt mit dem Einsatz des Gesangs

---

## **TOUCH FRONT, POINT, SAILOR STEP, STEP ½ TURN R, TRIPLE STP FWD**

1, 2 Rechte Fußspitze vorn auftippen, rechte Fußspitze rechts auftippen  
3+4 RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach links, Gewicht zurück auf RF  
5, 6 LF Schritt vor – ½ Rechtsdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf RF (6 Uhr)  
7+8 Cha Cha nach vor (l – r – l)

## **TOUCH FRONT, POINT, SAILOR STEP, ROCK STEP, ¼ TURN L & TRIPLE STEP L**

1, 2 Rechte Fußspitze vorn auftippen, rechte Fußspitze rechts auftippen  
3+4 RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach links, Gewicht zurück auf RF  
5, 6 LF Schritt vor – RF etwas anheben, Gewicht zurück auf RF  
7+8 ¼ Linksdrehung und LF Schritt nach links (3 Uhr), RF an LF heransetzen, LF Schritt nach links  
(*Restart: In der 3. Runde – Richtung 9 Uhr*) – hier abrechnen und von vorn beginnen)

## **CROSS, POINT R + L, TOUCH BEHIND, ½ TURN R, TRIPLE STEP FWD**

1, 2 RF vor LF kreuzen, linke Fußspitze links auftippen  
3, 4 LF vor RF kreuzen, rechte Fußspitze rechts auftippen  
5, 6 Rechte Fußspitze hinten auftippen - ½ Rechtsdrehung, Gewicht am Ende auf RF (9 Uhr)  
7+8 Cha Cha nach vor (l – r – l)

## **KICK-BALL-POINT R + L, TOUCH BEHIND, ½ TURN R, TRIPLE STEP FWD**

1+2 RF nach vor kicken, RF an LF heransetzen, linke Fußspitze links auftippen  
3+4 LF nach vor kicken, LF an RF heransetzen, rechte Fußspitze rechts auftippen  
5, 6 Rechte Fußspitze hinten auftippen – ½ Rechtsdrehung, Gewicht am Ende auf RF (3 Uhr)  
7+8 Cha Cha nach vor (l – r – l)

## **BRUSH, SIDE, HIP BUMPS, SAILOR STEP R + L**

1, 2 RF nach vor schwingen, RF Schritt nach rechts  
3+4 Hüften nach links, rechts und wieder nach links schwingen  
5+6 RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach links, Gewicht zurück auf RF  
7+8 LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf LF

## **STEP ½ TURN L, TRIPLE STEP FWD, STEP ½ TURN R, TRIPLE STEP FWD**

1, 2 RF Schritt vor – ½ Linksdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf LF (9 Uhr)  
3+4 Cha Cha nach vor (r – l – r)  
5+6 LF Schritt vor – ½ Rechtsdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf RF (3 Uhr)  
7+8 Cha Cha nach vor (l – r – l)

## **Wiederholung bis zum Ende**

Quelle: [www.get-in-line.de](http://www.get-in-line.de)