

# My tender Heart

Music : My tender Heart – Lionel Richie  
Choreographer : Katrin Gäbler (Febr. '14)  
Level : Intermediate  
Type / Counts : 4 Wall Cha Cha / 64 phrased  
Intro : 8 counts from the heavy beat, start on lyrics  
Sequence : 56, 64, 56, 64 ,64 ,24 +Tag, 64 bis zum Ende

## **1-8 Cross Rock, Recover, Chassé Right, Cross Rock, Recover, Chassé ¼ Left**

1-2 RF vor LF kreuzen, Gewicht zurück auf LF  
3&4 Schritt nach rechts mit RF(&), LF an RF heransetzen, Schritt nach rechts mit RF  
5-6 LF vor RF kreuzen, Gewicht zurück auf RF  
7&8 Schritt nach links mit LF, (&) RF an LF heransetzen, ¼ Drehung linksherum und Schritt nach vorn mit LF (9.00)

## **9-16 Prissy Walk Right+Left, Step, Lock Step, Rock Step, Recover, ¾ Triple Turn Left**

1-2 RF vor LF kreuzen, LF vor RF kreuzen (dabei nach vorn laufen)  
3&4 Schritt nach vorn mit RF, (&)LF an RF heransetzen, Schritt nach vorn mit RF  
5-6 Schritt (Rock) nach vorn mit LF, Gewicht zurück auf RF  
7&8 ¾ Drehung linksherum auf der Stelle mit LF, RF, LF (12.00)

## **17-24 Step Fwd, Touch Back, Shuffle Back, Back, Touch Fwd, Shuffle Fwd**

1-2 Schritt nach vorn mit RF, LF hinter RF auftippen (Körper ist leicht nach links gedreht)  
3&4 Schritt nach hinten mit LF, (&) RF an LF heransetzen, Schritt nach hinten mit LF  
5-6 Schritt nach hinten mit RF, LF vor RF auftippen (Körper ist leicht nach rechts gedreht)  
7&8 Schritt nach vorn mit LF, (&) RF an LF heransetzen, Schritt nach vorn mit LF

**\*\*Tag hier in der 6. Runde\*\*\* nach dem Tag von vorn beginnen !**

## **25-32 Sway, Sway, Chassé Right, Sway, Sway, Chassé Left**

1-2 Schritt nach rechts mit RF und Hüften nach rechts schwingen, Hüften nach links schwingen  
3&4 Schritt nach rechts mit RF, (&) LF an RF heransetzen, Schritt nach rechts mit RF  
5-6 Schritt nach links mit LF und Hüften nach links schwingen, Hüften nach rechts schwingen  
7&8 Schritt nach links mit LF, (&) RF an LF heransetzen, Schritt nach links mit LF

## **33-40 Cross, Side, Sailor Step, Cross Side, Sailer ½ Turn Left with Cross**

1-2 RF vor LF kreuzen, Schritt nach links mit LF  
3&4 RF hinter LF kreuzen, (&) Schritt nach links mit LF, Schritt nach rechts mit RF  
5-6 LF vor RF kreuzen, Schritt nach rechts mit RF  
7&8 ¼ Drehung linksherum und Schritt nach hinten mit LF, (&) ¼ Drehung linksherum und Schritt zur Seite mit RF, LF vor RF kreuzen (6.00)

## **41-48 Side, Hold, & Side, Touch, Side, Hold & Side, Touch**

1-2 Schritt nach rechts mit RF, Halten  
&3-4 (&) LF an RF heransetzen, Schritt nach rechts mit RF, LF neben RF auftippen  
5-6 Schritt nach links mit LF, Halten  
&7-8 (&) RF an LF heransetzen, Schritt nach links mit LF, RF neben LF auftippen

## **49-56 Back Rock, Recover, Shuffle Fwd, Jazz Box with Hold**

1-2 Schritt nach hinten mit RF, Gewicht zurück auf LF  
3&4 Schritt nach vorn mit RF, (&) LF an RF heransetzen, Schritt nach vorn mit RF  
5-6 LF vor RF kreuzen, Schritt nach hinten mit RF  
7-8 Schritt nach links mit LF, Halten

## **57-64 Cross, Sweep, Cross Shuffle, &Point, ¼ Left, Step, Step**

1-2 RF leicht vor LF kreuzen, LF im Halbkreis nach vorn schwingen  
3&4 LF vor RF kreuzen, (&) Schritt nach rechts mit RF, LF vor RF kreuzen  
&5-6 (&) Schritt nach rechts mit RF, LF links auftippen, ¼ Drehung linksherum und LF absetzen (3.00)  
7-8 Schritt nach vorn mit RF, Schritt nach vorn mit LF

**\*\*Tag in der 6. Runde nach Schritt 24 (Shuffle Fwd) 1-4 Hip Sways R,L,R,L \*\*\*\*\***

1-4 Schritt nach rechts und Hüften nach rechts, links, rechts, links schwingen