

Back On My Feet Again

By: Melanie Thornton
 Record: Ready to fly New Edition, 501437 6
 Choreo: Andrea Fack, Bahnhofstr. 20 b, 64521 Groß-Gerau,
 Germany, Tel: +49-6152-172838, andrea.fack@gmx.de
 Sequence: **A Break I B C A B C Bridge C Ending**
 Intro: Start on left foot

Level: EZ-Int.
 Time: 3:58

PART A:

Wait 1-4	look L & 1 step to the side 5-8	L arm out 1-4	R arm out & look R 5-8	L arm cross in front & look up 1 + 2
R arm cross in front 3 + 4	L foot pull by 5-8	look down & put arms down 1-4	wait 5-8	

BREAK I:

2 Step Touches	ST TCH (is)/CLAP	ST TCH (is)/CLAP	
	L R	R L	
	1 2	3 4	

Grapevine	ST (ots)	ST (xib)	ST (ots)	TCH (is)
	L R	L R	L R	
	1 2	3 4		

Repeat opposite footwork than add

Jack & Jill |-----FORWARD-----|

DS DS DS DS	DR ST DR ST DR ST DR ST
L R L R	R L L R R L L R
&1 &2 &3 &4	& 5 & 6 & 7 & 8

2 Basic Kicks	DS KK HL/Up	DS KK HL/UP	
	L R L R	R L R L	
	&1 & 2	&3 & 4	

Fancy Double	DS DS RS RS		
	L R LR LR		
	&1 &2 &3 &4		

PART B:

2 Triple	DS DS DS RS	DS DS DS RS	
	L R L RL	R L R LR	
	&1 &2 &3 &4	&5 &6 &7 &8	

Break It	DS RS DT (xif)/Break	Pause	Break/ST	Break/ST	Break/ST	Break/ST
	L RL R L		R L L R	R L L R	R L L R	R L L R
	&1 &2 & 3	4	5	6	7	&8

Samantha	DS DS (xif)	DR ST DR ST RS DS DS RS	
	L R R L L R LR L R LR		
	&1 &2 & 3 & 4	&5 &6 &7 &8	

Cowboy	DS DS DS BR UP/HL	DS (xif)	RS RS RS
	L R L R R L R		LR LR LR
	&1 &2 &3 & 4	&5	&6 &7 &8

Double Lick	-----1/2 L -----		
	DS DT/H DT/H RS		
	L R L R L RL		
	&1 &2 &3 &4		

Triple	DS DS DS RS		
	R L R LR		
	&1 &2 &3 &4		

Repeat Double Lick & Triple than add

2 Tornado Vine	DS DS (xif)	DS DS (xib)	DS DS DS RS	-----full turn R-----
	L R L R	L R L RL		
	&1 &2 &3 &4	&5 &6 &7 &8		

continued next page

“Back On My Feet Again” continued

PART C:

4 Basic	DS RS DS RS DS RS DS RS	<i>out facing circle</i>
	L RL R LR L RL R LR	<i>join Hands</i>
	&1 &2 &3 &4 &5 &6 &7 &8	
2 Rocking Chair	DS BR Up/HL DS RS DS BR Up/HL DS RS	
	L R R L R LR L R R L R LR	
	&1 & 2 &3 &4 &5 & 6 &7 &8	
2 Push Off	DS RS RS RS DS RS RS RS	
	L RL RL RL R LR LR LR	
	&1 &2 &3 &4 &5 &6 &7 &8	
Karate Turn	DS KK (turn 1/2)/H DS KK H/UP	<i>person 1, 3, 5, 7</i>
	L R L R L R L	
	&1 & 2 &3 & 4	
2 Basic Kick	DS KK HL/Up DS KK HL/Up	<i>person 2, 4, 6, 8</i>
	L R L R R L R L	<i>join hands</i>
	&1 & 2 &3 & 4	
Repeat Karate Turn & Basic Kick, opposite persons		(we look inside the circle)
2 Push Off	DS RS RS RS DS RS RS RS	
	L RL RL RL R LR LR LR	
	&1 &2 &3 &4 &5 &6 &7 &8	
Triple	DS DS DS RS	<i>raise arms up to a star</i>
	L R L RL	
	&1 &2 &3 &4	
Triple	DS DS DS RS	<i>arms down on back</i>
	R L R LR	
	&1 &2 &3 &4	
Karate Turn	DS KK (turn 1/2)/H DS KK H/UP	<i>person 1, 3, 5, 7</i>
	L R L R L R L	
	&1 & 2 &3 & 4	
2 Basic Kick	DS KK HL/Up DS KK HL/Up	<i>person 2, 4, 6, 8</i>
	L R L R R L R L	<i>join hands</i>
	&1 & 2 &3 & 4	
Repeat Karate Turn & Basic Kick, opposite persons		(we look outside the circle)
4 Basic	DS RS DS RS DS RS DS RS	<i>to a line</i>
	L RL R LR L RL R LR	
	&1 &2 &3 &4 &5 &6 &7 &8	

Bridge:

Wait	person 1, 3, 5, 7 two steps forward & join hands	person 1, 3, 5, 7 hands up
1-4	5-8	1-8
person 2, 4, 6, 8 two steps forward	raise arms up	all together arms down
1-4	5-8	1-4
		wait 5-8

ENDING:

Mountain Goat	DS BA (xif) BA (xib) BA (ots) BA (xif) BA (xib) SL/UP
	L R L R L R R L
	&1 & 2 & 3 & 4
Fancy Double	DS DS RS RS
	L R LR LR
	&1 &2 &3 &4
Repeat 3 more times than add	
Wait	look L & 1 step to the side L arm out R arm out & look R L arm cross in front & look up
1-4	5-8 1-4 5-8 1 + 2
R arm cross in front	L foot pull by Pause L step out & arms out
3 + 4	5 + 6 7 8

SEQUENCE:

A Break I B C A B C Bridge C Ending

☺☺☺ Wer Fehler findet darf sie behalten !!! ☺☺☺