

Been a Long Time

Easy Intermediate

Music: Wesley Dean, Been a Long Time - Single
Choreo: Hendrik Lanatowitz, Clogging@Lanatowitz.eu
taught at 26th Weser-Ems & Friends, Cloppenburg

3:05
96 BPM
2023-06-10

Sequence: **A B C D A* B C Br. D* C D* End**

Wait 16 beats

Part A: (32 beats)

Fanny DS SK UP/H STA STO SK UP/H
L R R /L R R L L /R
&1 & 2 & 3 & 4

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

Slur Basic DS SLR S(xib) DS RS
R L L R LR
&1 & 2 &3 &4

Rocking Chair DS BR UP/H DS RS
L R R L R LR
&1 & 2 &3 &4

Repeat **Slur Basic and Rocking Chair** (opposite footwork) and add:

Fanny (R) DS SK UP/H STA STO SK UP/H

Triple (R) DS DS DS RS

Part A*: (16 beats)

Fanny DS SK UP/H STA STO SK UP/H

Triple DS DS DS RS

Slur Basic (R) DS SLR S(xib) DS RS

Rocking Chair DS BR UP/H DS RS

Part B: (12 beats)

Triple Brush DS DS DS BR UP/H **move fwd**
L R L R R L
&1 &2 &3 & 4

Jazz Box S S(xif) S(ib) S(ots)
R L R L
1 2 3 4

Push Back DS RS RS RS **move bw**
R LR LR LR
&1 &2 &3 &4

Been a Long Time

Sequence: **A B C D A* B C Br D* C D*End**

Part C: (32 beats)

Fancy Run	DS DS(xif) BA(ots) BA(xib) BA(ots) S	
	L R L R L R	
	&1 &2 & 3 & 4	
Slipping Basic	DS SL S(xib) DS RS	
	L L R L RL	
	&1 & 2 &3 &4	
Triple Brush	DS DS DS BR UP/H	move fwd
	R L R L L R	
	&1 &2 &3 & 4	
Push Turn	DS RS RS RS	turn full L
	L RL RL RL	
	&1 &2 &3 &4	
Fancy Run (R)	DS DS(xif) BA(ots) BA(xib) BA(ots) S	
Slipping Basic (R)	DS SL S(xib) DS RS	
Drag Back (R)	DR S(ib) DR S(ib) DR S(ib) RS	
	R L L R R L RL	
	& 1 & 2 & 3 &4	
Push Turn (R)	DS RS RS RS	turn full R

Part D: (16 beats)

2 Vine Drag	DS DR S(xif) DS DS(xib) DS DR S(xif) DS RS
L/R	L L R L R L L R L RL
	&1 & 2 &3 &4 &5 & 6 &7 &8

Part D*: (32 beats)

Vine Drag	DS DR S(xif) DS DS(xib) DS DR S(xif) DS RS
L	L L R L R L L R L RL
	&1 & 2 &3 &4 &5 & 6 &7 &8
2 Cotton Kick	KK UP(xif)/H KK UP(unx)/H DS RS
R/L	R R L R R L R LR
	& 1 & 2 &3 &4

Repeat all above (opposite footwork).

Bridge: (24 beats)

Cowboy Turn	DS DS DS BR UP/H DS(xif) RS RS RS	move fwd on beat 1-3,
	L R L R R L R LR LR LR	move back and turn 1/4 L
	&1 &2 &3 & 4 &5 &6 &7 &8	on beat 6-8
Cowboy Turn	DS DS DS BR UP/H DS(xif) RS RS RS	fwd, turn 1/2 L, bk
Cowboy Turn	DS DS DS BR UP/H DS(xif) RS RS RS	fwd, turn 1/4 L, bk

Ending: (1 beat)

Step	S
	L
	1
