

# Settle Down

Choreographie: Syndie Berger

Line Dance, 80 Counts, 4 Wände (Catalan)  
Schwierigkeitsgrad: High Intermediate

Musik: "Settle Down"  
Künstler: The McClymonts

**1-8 Heel Rock Recover, Heel Rock Recover With ¼ Turn Right, Rock Step, Stomp 2x**

1,2 RF Ferse nach vorn, belasten, Gewicht zurück auf LF  
3,4 ¼ Drehung nach rechts und RF Ferse nach vorn, belasten, Gewicht zurück auf LF (3:00)  
5,6 RF Schritt zurück und LF Kick nach vorn, LF neben RF  
7,8 RF aufstampfen, LF aufstampfen

**9-16 Cross Rock & Hook, Kick, Kick, Cross Rock & Hook, Stomp Side, Pigeon Toe Movements Right**

1,2 RF vor LF kreuzen und LF anheben, LF abstellen und RF Kick nach vorn  
3,4 RF neben LF, LF Kick nach vorn, LF vor RF kreuzen  
5 RF Schritt nach rechts und aufstampfen  
6,7,8 LF Ferse nach Innen und RF Spitze nach aussen drehen, LF Spitze nach innen und RF Ferse nach aussen drehen, LF Ferse nach innen und RF Spitze nach aussen drehen

**17-24 Slow Vaudeville, Cross, Side, Kick, Stomp Up**

1,2 LF vor RF kreuzen, RF Schritt nach rechts  
3,4 LF Ferse nach diagonal links vorn, LF neben RF  
5,6 RF vor LF kreuzen, LF Schritt nach links  
7,8 RF Kick nach vorn, RF neben LF aufstampfen

**25-32 Flick With ¼ Turn Right, Stomp Up, Kick, Stomp Up, Flick With ¼ Turn Right, Stomp Up, Rock Step, Together**

1,2 R Bein nach rechts ausstrecken, ¼ Drehung nach rechts und RF neben LF aufstampfen (6:00)  
3,4 RF Kick nach vorn, RF neben LF aufstampfen  
5,6 R Bein nach rechts ausstrecken, ¼ Drehung nach rechts und RF neben LF aufstampfen (9:00)  
7,8 RF Schritt zurück und LF Kick nach vorn, LF neben RF

**Restart:** [hier im 6. Durchgang \(6:00\)](#)

**33-40 Diagonal Step Lock Step, Stomp Up, Diagonal Back, Stomp Up, Diagonal Back, Stomp Up**

1,2 RF Schritt nach diagonal rechts vorn, LF hinter RF einkreuzen  
3,4 RF Schritt nach diagonal rechts vorn, LF neben RF aufstampfen  
5,6 LF Schritt diagonal links zurück, RF neben LF aufstampfen  
7,8 RF Schritt diagonal rechts zurück, LF neben RF aufstampfen

**41-48 Diagonal Step Lock Step, Stomp Up, Diagonal Back, Stomp Up, Heel. Stomp Up**

1,2 LF Schritt nach diagonal links vorn, RF hinter LF einkreuzen  
3,4 LF Schritt nach diagonal links vorn, RF neben LF aufstampfen  
5,6 RF Schritt diagonal rechts zurück, LF neben RF aufstampfen  
7,8 LF Ferse nach diagonal links vorn, LF neben RF aufstampfen

**49-56 Three Step Turn Left, Scuff, Step ½ Turn Right 2x**

1,2,3,4 ¼ Drehung nach links und LF Schritt nach vorn, ¼ Drehung nach links und RF Schritt nach rechts, ½ Drehung nach links und LF Schritt nach links, RF Ferse neben LF über den Boden ziehen  
5,6 RF Schritt nach vorn, ½ Drehung nach links (3:00)  
7,8 RF Schritt nach vorn, ½ Drehung nach links (9:00)

**57-64 Heels Out, Out, Back, Back, Swivets Right & Left**

1,2 RF Schritt auf Ferse nach diagonal rechts vorn, LF Schritt auf Ferse nach diagonal links vorn  
3,4 RF zurück an Platz, LF zurück an Platz  
5,6 LF Ferse nach links drehen und RF Spitze nach rechts drehen, LF Ferse und RF Spitze zurück in die Mitte  
7,8 LF Spitze nach links drehen und RF Ferse nach rechts drehen, LF Spitze und RF Ferse zurück in die Mitte

**Restart:** [hier im 7. Durchgang \(3:00\)](#)

**65-72 Cross Rocking Chair With Hook & Flick, 2x**

1,2 RF vor LF kreuzen und LF anheben, LF abstellen und RF Kick nach vorn  
3,4 RF Schritt zurück und LF Kick nach diagonal links vorn, LF neben RF  
5,6 RF vor LF kreuzen und LF anheben, LF abstellen und RF Kick nach vorn  
7,8 RF Schritt zurück und LF Kick nach diagonal links vorn, LF neben RF

**Restart:** [hier im 4. Durchgang \(12:00\)](#)

**73-80 Cross Rock & Hook, Kick, Kick, Cross Rock & Hook, Kick, Flick, Stomp Up 2x**

1,2 RF vor LF kreuzen und LF anheben, LF abstellen und RF Kick nach vorn  
3,4 RF neben LF und LF Kick nach vorn, LF vor RF kreuzen  
5,6 RF Sprung zurück und LF Kick nach vorn, LF neben RF  
7,8 RF neben LF aufstampfen, 2x

**Start again...**

**Tag1:** am Ende des 3.(3:00) und 5. (9:00)Durchganges repetiere Count 65-80 1x

**Tag2:** am Ende des 8. Durchganges (12:00) repetiere Count 65-80 3x dann beende den Tanz mit einem Stomp