



Bruises

Choreographed by Niels B. Poulsen

Description: 32 count, 4 wall, Beginner/intermediate line dance

Música: **Bruises** by Train & Ashley Monroe

Intro: 16

ROCK FORWARD RIGHT, RECOVER, RIGHT FULL TRIPLE CROSS, SIDE LEFT, BEHIND SIDE CROSS, QUICK LEFT SIDE ROCK

- 1-2 Rock derecho delante, recuperamos
3&4 Giro $\frac{1}{2}$ a la derecha dejando pie derecho delante, giro $\frac{1}{4}$ a la derecha dejando izquierdo al lado, giro $\frac{1}{4}$ a la derecha cruzando derecho sobre izquierdo (12:00)
Non-turning option: right coaster cross
5 Paso izquierdo al lado
6&7 Cross derecho atrás, izquierdo al lado, cross derecho delante
&8 Rock izquierdo al lado, recuperamos

CROSS, $\frac{1}{4}$ LEFT, SHUFFLE $\frac{1}{2}$ LEFT, STEP $\frac{1}{2}$ LEFT, WALK RIGHT LEFT

- 1-2 Cross izquierdo sobre derechecho, giro $\frac{1}{4}$ a la izquierda haciendo paso derecho atrás (9:00)
3&4 Shuffle atrás izquierda-derecha-izquierda girando $\frac{1}{2}$ a la izquierda(3:00)
5-6 Paso derecho delante, giro $\frac{1}{2}$ a la izquierda (peso sobre izquierda) (9:00)
7-8 Paso derecho delante, paso izquierdo delante

Or full turn left

Restart from here on walls 4 and 8

RIGHT & LEFT HEEL SWITCHES, ROCK RIGHT FORWARD, RIGHT BACK LOCK STEP, $\frac{1}{4}$ LEFT INTO LEFT CHASSE

- 1&2& Touch tacón derecho deloante, paso derecho delante, touch tacón izquierdo delante, paso izquierdo delante
3-4 Rock derecho delante, recuperamos
5&6 Lock-shuffle atrás derecha-izquierda-derecha
7&8 Giro $\frac{1}{4}$ a la izquierda haciendo shuffle lateral izquierda-derecha-izquierda (6:00)

RIGHT HEEL TOUCH, GRIND $\frac{1}{4}$ RIGHT BACK, RIGHT COASTER STEP, LEFT SHUFFLE FORWARD, RIGHT KICK BALL STEP

- 1-2 Tacón derecho delante (puntera hacia adentro), giro $\frac{1}{4}$ a la derecha hacienda paso izquierdo atrás (y girando puntera derecha hacia afuera) (9:00)
3&4 Coaster step con derecho
5&6 Lock-shuffle delante izquierda-derecha-izquierda
Restart from here on wall 9
7&8 Kick ball step con derecho

REPEAT

TAG

Después de los muros 2 y 6 añadiremos

ROCK RIGHT FORWARD, SHUFFLE $\frac{1}{2}$ RIGHT, ROCK LEFT FORWARD, SHUFFLE $\frac{1}{2}$ LEFT

- 1-2 Rock derecho delante, recuperamos
3&4 Shuffle atrás derecha-izquierda-derecha girando $\frac{1}{2}$ a la derecha
5-6 Rock izquierdo delante, recuperamos
7&8 Shuffle atrás izquierda-derecha-izquierda girando $\frac{1}{2}$ a la izquierda

RESTART

En los muros 4 y 8, después del paso 16

En el muro 9, después del paso 30