

# Herzbeben (de)

COPPERKNOB  
STEPSHETS

拍数: 32      墙数: 4      级数: Intermediate  
编舞者: Martin Fröde - Mai 2017  
音乐: Herzbeben - Helene Fischer



## #8 Count Intro mit Einsatz des Gesangs

### [1-8] Rock Forward, Triple Turn, Cross Side, Sailor ¼ Turn L

1,2      Schritt nach vorn mit rechts, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den LF  
3&4      Cha Cha auf der Stelle, dabei eine volle Umdrehung rechts herum ausführen (r - l - r)  
5,6      LF über rechten kreuzen, RF Schritt nach rechts  
7&8      LF hinter dem RF kreuzen, ¼ Linksdrehung & RF Schritt nach rechts, LF Schritt vorwärts  
9:00

### Restart nach Count 8 im 5. Durchgang

### [9-16] Side-Touch-Side-Touch, Kick Ball Cross, Rock Side

1,2      RF Schritt nach rechts, LF neben RF auftippen  
3,4      LF Schritt nach links, RF neben LF auftippen  
5&6      RF nach schräg rechts vorn kicken, RF an LF heransetzen und LF über RF kreuzen  
7-8      Schritt nach rechts mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß

### [17-24] Cross, Side, Sailor Heel, (&) back, Cross, ¼ Turn L, Behind Side Cross

1,2      RF über LF kreuzen, Schritt nach links mit links  
3&4      RF hinter LF kreuzen, Schritt nach links mit LF und die rechte Hacke vorne Auftippen  
&      Kleiner Schritt nach hinten mit dem RF  
5,6      LF über RF kreuzen, ¼ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts 6:00  
7&8      LF hinter RF kreuzen, RF Schritt zur Seite und LF über RF Kreuzen

### [25-32] Rock Side ½ Turn left, Jazz Box, Step, Pivot ⅝ L

1,2      RF Schritt nach rechts, LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF mit ⅝ Drehung links herum  
4:30  
3,4      RF über linken kreuzen, LF Schritt nach hinten  
5&6      RF Schritt nach rechts, LF Schritt vorwärts  
7,8      RF Schritt vorwärts und ⅝ Linksdrehung auf beiden Fußballen 9.00

### Brücke 1: nach dem 1.Durchgang (9:00) tanze zusätzlich:

#### [1-4] Rocking Chair

1,2      Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß  
3,4      Schritt nach hinten mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß

### Brücke 2: nach dem 6.Durchgang (6:00) tanze zusätzlich:

#### [1-8] Cross, Hold, Cross, Hold, Step, Pivot ½ L, Step, Pivot ½ L

1,2      RF über linken kreuzen, Halten  
3,4      LF über rechten kreuzen, Halten  
5,6      RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf beiden Fußballen  
7,8      RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf beiden Fußballen

#### [9-16] Rock Across, Rock Side, Step, Pivot ½ L, Step, Pivot ½ L

1,2      RF über linken kreuzen, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß  
3,4      RF Schritt nach rechts, LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF  
5,6      RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf beiden Fußballen

7,8 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf beiden Fußballen

**Brücke 3: nach dem 8.Durchgang (12:00)**

**[1-8] Cross, Hold, Cross, Hold, Step, Pivot ½ L, Step, Pivot ½ L (wie Brücke2)**

1,2 RF über linken kreuzen, Halten

3,4 LF über rechten kreuzen, Halten

5,6 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf beiden Fußballen

7,8 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf beiden Fußballen

**[9-16] Rock Across, Rock Side, Step, Pivot ½ L, Step, Pivot ½ L (wie Brücke2)**

1,2 RF über linken kreuzen, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß

3,4 RF Schritt nach rechts, LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF

5,6 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf beiden Fußballen

7,8 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf beiden Fußballen

**[17-24] Cross, Side, Behind, Sweep, Behind, Side, Cross, Sweep**

1,2 RF über linken kreuzen, LF Schritt nach links

3,4 RF hinter linken kreuzen, LF nach hinten schwingen

5,6 LF hinter rechten kreuzen, RF Schritt nach rechts

7,8 LF über rechten kreuzen, RF nach vorn schwingen

**[25-32] Cross, Side, Behind, Sweep, Behind, Side, Cross, Sweep (wie 17-24)**

1,2 RF über linken kreuzen, LF Schritt nach links

3,4 RF hinter linken kreuzen, LF nach hinten schwingen

5,6 LF hinter rechten kreuzen, RF Schritt nach rechts

7,8 LF über rechten kreuzen, RF nach vorn schwingen

**[33-40] Cross, Hold, Cross, Hold, Step, Pivot ½ L, Step, Pivot ½ L (wie 1-8)**

1,2 RF über linken kreuzen, Halten

3,4 LF über rechten kreuzen, Halten

5,6 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf beiden Fußballen

7,8 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf beiden Fußballen

**[41-48] Rock Across, Rock Side, Step, Pivot ½ L, Step, Pivot ½ L (wie 9-16)**

1,2 RF über linken kreuzen, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß

3,4 RF Schritt nach rechts, LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF

5,6 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf beiden Fußballen

7,8 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf beiden Fußballen

**[49-56] Full Circle R with Holds (während der Herzschläge)**

1-8 mit 4 Schritten rechtsherum einen Kreis laufen (R- Hold- L Hold - R Hold -L Hold)

**[57-60] Spiral Turn with Hands**

1 RF weit über den linken kreuzen, dabei mit der rechten

**Hand ans Herz fassen und den linken Arm nach links abwinkeln**

2-4 auf 3 Takte eine volle Umdrehung linksherum auf beiden Ballen ausführen,

**Gewicht zum Schluß auf links**

**Weitertanzen, wenn die Musik wieder einsetzt**

**Kontakt: [martin@wildhorses-goslar.de](mailto:martin@wildhorses-goslar.de)**

---