

On a Train (de)

拍数: 48 墙数: 4 级数: Beginner
编舞者: Conny Schneuwly (CH) - Mai 2018
音乐: On a Train - Romy Joy : (CD: Kentucky Summer Rain - www.romyjoy.com)



Section 1: Chassé r, rock back, recover, side, kick across, side kick across

1&2 RF Schritt nach rechts, LF an RF, RF Schritt nach rechts
3-4 LF Schritt zurück, RF kurz anheben, Gewicht wieder zurück auf RF
5-6 LF Schritt nach links, RF nach vorn diagonal links kicken
7-8 RF Schritt nach rechts, LF nach vorn diagonal rechts kicken

Section 2: Chassé l, rock, recover, touch forward, point, sailor ¼ turn r

1&2 LF Schritt nach links, RF an LF, LF Schritt nach links
3-4 RF Schritt zurück, LF kurz anheben, Gewicht wieder zurück auf LF
5-6 Rechte Fussspitze vorn auftippen, rechte Fussspitze rechts auftippen
7&8 RF hinter LF kreuzen, ¼ Drehung nach rechts, LF kl. Schritt nach links, RF kl. Schritt nach rechts (3:00)

Section 3: Toe struts l+r, shuffle forward, step ½ turn l

1-2 Linke Fussspitze vorn auftippen, linke Ferse absenken
3-4 Rechte Fussspitze vorn auftippen, rechte Ferse absenken
5&6 LF Schritt nach vorn, RF an LF heransetzen, LF Schritt nach vorn
7-8 RF Schritt nach vorn, ½ Drehung nach links (Gewicht links) (9:00)

Section 4: Toe struts r+l, jump out, click fingers, jump in, click fingers

1-2 Rechte Fussspitze vorn auftippen, rechte Ferse absenken
3-4 Linke Fussspitze vorn auftippen, linke Ferse absenken
&5-6 Zur Seite hüpfen zuerst rechts, dann links (out-out), mit den Fingern schnippen
&7-8 Nach innen hüpfen zuerst rechts, dann links (in-in), mit den Fingern schnippen

Section 5: Kick across, kick diagonal, sailor step r, kick across, kick diagonal, sailor ¼ turn L

1-2 RF nach vorn diagonal links kicken, RF nach vorn diagonal rechts kicken
3&4 RF hinter LF kreuzen, LF kl. Schritt nach links, RF kl. Schritt nach rechts
5-6 LF nach vorn diagonal rechts kicken, LF nach vorn diagonal links
7&8 LF hinter RF kreuzen, ¼ Drehung nach links, RF kl. Schritt nach rechts, (6:00) LF kl. Schritt nach links

Section 6: Step, hold, ½ turn l, hold, step, hold, ¼ turn l, hold (Option: Shoulder pushes)

1-2 RF Schritt nach vorn, warten
3-4 ½ Drehung nach links (Gewicht links), warten (12:00)
5-6 RF Schritt nach vorn, warten
7-8 ¼ Drehung nach links (Gewicht links), warten (9:00)

Option

5&6&7&8 ¼ Drehung nach links dabei mit der Schulter wackeln („Schulter schieben“)

Bitte lächeln!

Kontakt: dancingedelweiss@bluewin.ch