

For A Second (de)

COPPERKNOB
STEPSHETS

拍数: 32 墙数: 4 级数: High Beginner
编舞者: Sonja Vocke (DE) - September 2020
音乐: For a Second - Michael Schulte



****2 Restarts, 1 Tag (Brücke)**

Beginn: nach 16 Counts, mit dem Gesang, beginne mit dem RF

Sec. 1 [1-8] Step Lock Step, Touch, Step Lock Step, Touch

1-2 RF vorwärts - kreuze LF hinter RF
3-4 RF vorwärts - tippe LF neben RF
5-6 LF vorwärts - kreuze RF hinter LF
7-8 LF vorwärts - tippe RF neben LF

Sec. 2 [9-16] Rocking Chair, Heal, Toe, Point, Hitch

1-2 wiege RF vorwärts - wiege zurück auf LF
3-4 wiege RF rückwärts - wiege zurück auf LF
5-6 tippe R Ferse vorwärts - tippe R Spitze rückwärts
7-8 R Bein und Spitze rechts ausstrecken - R Knie anheben

Restart des Tanzes an dieser Stelle an Wand 3 (6 Uhr) und 9 (9 Uhr)
(man hört es in der Musik, bevor der Refrain beginnt)

Sec. 3 [17-24] Grapevine Right, Cross, Step ½ Turn L, Step ½ Turn L

1-2 RF seitwärts - kreuze LF hinter RF
3-4 RF seitwärts - kreuze LF vor RF
5-6 RF vorwärts - ½ Linksdrehung auf LF (6 Uhr)
7-8 RF vorwärts - ½ Linksdrehung auf LF (12 Uhr)

Sec. 4 [25-32] Jazz Box ¼ Turn R, Cross, Step, Touch, Step, Touch

1-2 kreuze RF vor LF - LF rückwärts
3-4 RF rechts mit ¼ Rechtsdrehung (3:00) - kreuze LF vor RF
5-6 RF rechts - tippe LF neben RF
7-8 LF links - tippe RF neben LF

Einfacher 4-Count-Tag - am Ende von Wand 13 (9 Uhr)

Stomp Out, Hold 3x

1-2 stampfe vorwärts auf RF - Pause
3-4 Pause - Pause

Während der Pause Gewicht auf den LF, damit es mit dem RF dann wieder losgehen kann...

Viel Spaß in jeder einzelnen Sekunde!

E-Mail: s.vocke@gmx.net