

Overcoming (de)

拍数: 32 墙数: 4 级数: Improver
编舞者: Silvia Schill (DE) - April 2023
音乐: Getting Over You Thing - Sophia Scott & Zack Dyer



Der Tanz beginnt nach 36 Taktschlägen mit dem Einsatz des Gesangs.

S1: Step, touch behind, back, kick, coaster step, hold

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts - Linke Fußspitze hinter rechtem Fuß auftippen
- 3-4 Schritt nach hinten mit links - RF nach vorn kicken
- 5-6 Schritt nach hinten mit rechts - LF an rechten heransetzen
- 7-8 Schritt nach vorn mit rechts - Halten

S2: Step, pivot ½ r, ¼ turn r, flick behind, ¼ turn l, hook, step, brush

- 1-2 Schritt nach vorn mit links - ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (6 Uhr)
- 3-4 ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach links mit links - RF hinter linkem Bein anheben (9 Uhr)
- 5-6 ¼ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts - LF vor rechtem Schienbein anheben und kreuzen (6 Uhr)
- 7-8 Schritt nach vorn mit links - RF nach vorn schwingen

S3: Toe strut forward r + l, rock forward, ¼ turn r, hold

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts, nur die Fußspitze aufsetzen - Rechte Hacke absenken
- 3-4 Schritt nach vorn mit links, nur die Fußspitze aufsetzen - Linke Hacke absenken
- 5-6 Schritt nach vorn mit rechts - Gewicht zurück auf den LF
- 7-8 ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach rechts mit rechts - Halten (9 Uhr)

Restart: In der 6. Runde - Richtung 6 Uhr - nach '7' abbrechen, auf '8': 'LF an rechten heransetzen' und von vorn beginnen

S4: Cross, side, heel, close, rocking chair

- 1-2 LF über rechten kreuzen - Kleinen Schritt nach rechts mit rechts
- 3-4 Linke Hacke schräg links vorn auftippen - LF an rechten heransetzen
- 5-6 Schritt nach vorn mit rechts - Gewicht zurück auf den LF
- 7-8 Schritt nach hinten mit rechts - Gewicht zurück auf den LF

Wiederholung bis zum Ende