

# One (de)

拍数: 64      墙数: 2      级数: Phrased Improver  
编舞者: Adriano Castagnoli (IT), Stefano Civa (IT) & Isabella Ghinolfi (IT) - August 2024  
音乐: KEEPIN IT COUNTRY - James Johnston



Choreografie zu Ehren des „Sweat and Dust“ Festivals in Rom – Über 1000 Teilnehmer  
Beschreibung: Teil A: 32 counts - Teil B: 32 counts - Tag: 32 counts

Tanzreihenfolge: A B B16 A B B TAG B B Der Tanz beginnt mit dem Einsatz des Gesangs

## Part A (32 count – 1 wall)

### ROCK STEP FWD, COASTER STEP, TOE, SCUFF, STEP FWD, MAMBO STEP

- 1-2            RF Schritt vor (LF entlasten), Gewicht zurück auf LF  
3&4           RF Schritt zurück – LF an RF ransetzen – RF Schritt vor  
5&6           Zehenspitze diagonal nach hinten links (Zehen nach innen gedreht), LF neben RF scuff, LF Schritt vor RF  
7&8           Schritt RF vor, Gewicht zurück auf LF, Schritt RF zurück

### COASTER STEP, RIGHT STEP FWR, ½ TURN LEFT, JAZZ BOX, STOMP L

- 1&2           LF Schritt zurück – RF an LF setzen – LF Schritt vor  
3-4           RF Schritt vor, 1/2 Drehung links auf LF  
5-6           RF vor LF kreuzen, LF Schritt zurück  
7-8           RF Schritt zur Seite rechts, LF Stomp (Gewicht auf links)

## [16-32] Wiederhole 1-16

## TEIL B (32 count – 2 walls)

### CHASSE TO RIGHT, L ROCK STEP, SHUFFLE LEFT TO L TURNING ¼ L, ½ PIVOT

- 1&2           Schritt RF zur Seite, LF neben RF setzen, Schritt RF zur Seite  
3-4           LF über RF kreuzen, Gewicht zurück auf RF  
5&6           Schritt links zur Seite, RF neben LF setzen, Schritt links zur Seite mit ¼ Drehung nach links (3:00)  
7-8           RF Schritt vor, ½ Drehung links auf den Fussballen (9:00) Gewicht am Ende LF

### CHASSE TO RIGHT, COASTER STEP TURNING ¼ LEFT, KICK BALL POINT X 2

- 1&2           Schritt RF zur Seite, LF neben RF setzen, Schritt RF zur Seite  
3&4           Mit ¼ Drehung links Schritt zurück, RF neben LF setzen, Schritt links vor (12:00)  
5&6           RF kick, RF neben LF setzen, LF zur Seite pointen  
7&8           LF kick, LF neben RF setzen, RF zur Seite pointen

### SHUFFLE CROSS TO L, ROCK STEP, SHUFFLE CROSS TO R, ROCK STEP

- 1&2           RF über LF kreuzen, Schritt links zur Seite, RF über LF kreuzen  
3-4           Schritt links zur Seite, Gewicht zurück auf RF  
5&6           LF über RF kreuzen, Schritt RF zur Seite, LF über RF kreuzen  
7-8           Schritt RF zur Seite, Gewicht zurück auf LF

### R COASTER TURNING ½ R, L ROCK STEP, L COASTER, R SCUFF, HITCH, STOMP UP

- 1&2           Mit ½ Drehung rechts (6:00) Schritt RF zurück, LF neben RF setzen, Schritt RF vor (Coaster Step)  
3-4           Schritt links vor, Gewicht zurück auf RF  
5&6           LF zurück, RF neben LF setzen, Schritt links vor  
7&8           RF neben LF scuffen, RF scoot, RF Schritt vor als stomp up

**TAG (32 count)****STEP R, STEP L, SLIDE TO L, GRAPEVINE TO R**

- 1-2 RF stomp, LF stomp up  
& 3-4 LF großen Schritt nach links – RF and LF ransliden auf 2 Takte (Gewicht auf links)  
5-8 Schritt RF zur Seite, LF hinter RF kreuzen, Schritt RF zur Seite, LF neben RF setzen (Gewicht auf links)

**PADDLE ½ TURN LEFT, SCISSOR STEP X 2**

- 1&2&3&4 RF zur Seite tippen, RF neben LF tippen x 4 Mal, ½ Drehung nach links (12:00)  
5&6 Schritt RF zur Seite, LF neben RF setzen, RF über LF kreuzen  
7&8 Schritt links zur Seite, RF neben LF setzen, LF über RF kreuzen

**STOMP FORWARD AND CLAPS X 4**

- 1-4 RF stomp vor, hold und in die Hände klatschen. LF stomp vor, hold und in die Hände klatschen  
5-8 RF stomp vor, halten und in die Hände klatschen. LF stomp vor, halten und in die Hände klatschen

**TOE STRUTS BACK X 3 WITH SNAPS (snaps are optional), L COASTER STEP**

- 1-2 Rechten Zeh zurück tippen, Schritt zurück RF und mit den Fingern schnipsen  
3-4 Linken Zeh zurück tippen, Schritt zurück links und mit den Fingern schnipsen  
5-6 Rechten Zeh zurück tippen, Schritt zurück RF und mit den Fingern schnipsen  
7&8 LF Schritt zurück, RF neben LF setzen, LF Schritt vor

**Wiederholung bis zum Ende**

---