

# To Rise (for Karo & Stefanie) (de)

COPPERKNOB  
BY STEPHEN

拍数: 32      墙数: 4      级数: Intermediate  
编舞者: Jenny Twers (DE) & Friends (DE) - Oktober 2024  
音乐: Rise (Sing It Loud) - Caroline Jones



\*\*\*3 restarts, 1 tags

## S1: Dorothy steps r + l, heel & heel, rock forward

- 1-2 &      Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts -LF hinter rechten einkreuzen und kleinen Schritt nach vorn mit rechts
- 3-4 &      Schritt nach schräg links vorn mit links - RF hinter linken einkreuzen und kleinen Schritt nach vorn mit links
- 5&      Rechte Hacke vorn auftippen und RF an linken heransetzen
- 6&      Linke Hacke vorn auftippen und LF an rechten heransetzen
- 7-8      Schritt nach vorn mit rechts, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den LF

## S2: coaster step, step ¼ turn, cross shuffle, point & point

- 1-2      Schritt nach hinten mit rechts - LF an rechten heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit rechts
- 3-4      Schritt nach vorn mit links - ¼ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (3 Uhr)
- 5 & 6      LF weit über rechten kreuzen - RF etwas an linken heranziehen und LF weit über rechten kreuzen
- 7&      Rechte Fußspitze rechts auftippen und RF an linken heransetzen
- 8&      Linke Fußspitze links auftippen und LF an rechten heransetzen

(Restart: In der 2. Runde - Richtung 12 Uhr - hier abbrechen und von vorn beginnen)

## S3: heel & kick, coaster step, shuffle forward, Rock forward

- 1 & 2      Rechte Hacke vorn auftippen -RF an linken heransetzen und LF nach vorn kicken
- 3 & 4      Schritt nach hinten mit links - RF an linken heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit links

(Restart: In der 4. Und 7.Runde – hier abbrechen und von vorn beginnen)

- 5 & 6      Schritt nach vorn mit rechts - LF an rechten heransetzen und Schritt nach vorn mit rechts
- 7-8      Schritt nach vorn mit links, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF

## S4: shuffle back turning ½ l, ½ turn l, ½ turn l, rocking chair

- 1 & 2      ¼ Drehung links herum und Schritt nach links mit links -RF an linken heransetzen, ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links (9 Uhr)
- 3-4      ½ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts - ½ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links
- 5-6      Schritt nach vorn mit rechts - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 7-8      Schritt nach hinten mit rechts - Gewicht zurück auf den linken Fuß

## Tag/Brücke am Ende der 3. Und 6. Runde

### T1: Stomp side, hold, stomp side, hold, sailor step r + l

- 1-2      RF schräg rechts vorn aufstampfen - Halten
- 3-4      LF links aufstampfen - Halten
- 5&6      RF hinter linken kreuzen - Schritt nach links mit links und Gewicht zurück auf den RF
- 7&8      LF hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts und Gewicht zurück auf den LF

### T2: Stomp forward, hold, stomp side, hold, sailor step r + l

- 1-8      Wie Schrittfolge T1

### **T3: Paddle Turn $\frac{1}{4}$ 3x**

- 1-2 Rechte Fußspitze vorn auftippen – 1/4 Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht bleibt links (6 Uhr)
- 3-4 Wie 1-2 (3 Uhr)
- 5-6 Wie 1-2(12 Uhr)

**Last Update: 13 Oct 2024**

---