

Bench Seat (de)

拍数: 64 墙数: 2 级数: Intermediate
编舞者: Line Dance Biene (DE) & Thunder Gomes (DE) - März 2025
音乐: Bench Seat Revival (Radio Version) - Drew Moreland



Hinweis: Der Tanz beginnt nach 8 Counts RF = Rechter Fuß; LF = Linker Fuß

Sect 1: side-rock kick-stomp r, heel-split, back rock

1-2 RF Schritt nach rechts, dabei LF etwas anheben – Gewicht zurück auf LF
3-4 RF nach vorne kick – RF nach vorne aufstampfen
5-6 Beide Fersen auseinander drehen - Beide Fersen zur Mitte zurück drehen
7-8 leicht gesprungen RF Schritt zurück – Gewicht zurück auf LF

Sect 2: step-lock-step, scuff, step ½ pivot turn r, ½ turn r back, hold

1-2 RF Schritt vor – LF hinter RF einlocken
3-4 RF Schritt vor – LF neben RF nach vorne scuff
5-6 LF-Schritt vor – ½ Drehung rechts auf beiden Ballen (Gewicht am Ende rechts)
7-8 ½ Drehung rechts auf LF Schritt zurück – hold (12:00)

Wand 8 hier ENDING: plus zusätzlich ½ turn rechts auf RF stomp vor

Sect 3: point r, step back, point l, step back, coaster step with stomp

1-2 Rechte Fußspitze tippe rechts, RF Schritt zurück
3-4 Linke Fußspitze tippt links, LF Schritt zurück
5-6 RF Schritt zurück, LF neben RF setzen
7-8 RF Schritt nach vorne, LF stomp vor

Sec.4: kick fwd (2x), back rock, side, scuff, side, stomp up

1-2 RF Kick nach vorne (2x)
3-4 Schritt zurück mit RF, LF leicht anheben - Gewicht zurück auf LF
5-6 Schritt nach rechts mit RF – LF neben RF Scuff nach vorne,
7-8 Schritt nach links mit LF - RF neben linkem aufstampfen (Gewicht LF)

Wand 6 hier Restart

Sect 5: grapevine r with hook, ¼ rock ¼ l, scuff r

1-2 RF Schritt nach rechts – LF hinter LF kreuzen
3-4 RF Schritt nach rechts – LF als Hook vor RF-Schienbein kreuzen
5-6 LF Schritt mit ¼ Drehung links (RF leicht anheben) – Gewicht zurück auf RF
7-8 LF Schritt nach links mit ¼ Drehung links – RF scuff nach vorne

Sect 6: rock forward, ½ turn right, stomp up l, scissors cross, hold

1-2 RF Schritt vor, LF leicht anheben, Gewicht zurück auf LF
3-4 ½ Re. Drehung auf LF mit RF Schritt vor, LF neben RF aufstampfen ohne Gewichtswchsel
5-6 LF Schritt nach leicht diagonal links hinten - RF neben LF abstellen
7-8 LF vor RF kreuzen, hold

Wand 5 hier Restart

Sect 7: kick (2x), ½ turn with step fwd, hold, jumping jazzbox with stomp up

1-2 RF kick nach vorne (2x)
3-4 RF Schritt nach vorne mit ½ Drehung rechts, hold
5-6 LF kreuzt über RF, RF Schritt zurück
7-8 Schritt links, RF stomp up neben LF

Sect 8: hitch back r, l, back rock, stomp r+l

- 1-2 Rechtes Knie anheben, dabei leicht nach rechts drehen und Schritt zurück mit rechts
- 3-4 Linkes Knie anheben, dabei leicht nach links drehen und Schritt zurück mit links
- 5-6 RF Schritt zurück, LF leicht anheben, Gewicht zurück auf LF
- 7-8 RF stomp – LF stomp neben RF

Tag (Wand 2, Wand 4 und Wand 7 ersetzen von Sektion 5 und 6)

Sect 5: stomp, 3* hold, stomp, 3* hold

- 1-2 RF stomp nach rechts - hold
- 3-4 hold - hold
- 5-6 LF stomp nach links (Gewicht bleibt links) - hold
- 7-8 hold - hold

Sect 6: scissors cross r+l with hold

- 1-2 RF Schritt nach leicht diagonal rechts hinten - LF neben RF abstellen
- 3-4 RF vor LF kreuzen - hold
- 5-6 LF Schritt nach leicht diagonal links hinten - RF neben LF abstellen
- 7-8 LF vor RF kreuzen - hold

Wiederholung bis zum Ende

Die Musik wird in der vorletzten Wand etwas langsamer . Wir passen uns der Musik an ab Sec. 7: (Kick (2x), ½ turn with step fwd, hold, jumping jazzbox with stomp up)
