

Old Black Joe (de)

拍數: 64 牆數: 4 級數: Improver
編舞者: Beate Keller (DE) - April 2016
音樂: Ol' Black Joe - Lennerockers



Start: 16 counts intro

S1 :TWIST HEELS L-R-L, HOLD, WALK IN A CIRCLE L-R-L-R.

1 2 3 4 RF & LF beide Fersen nach links drehen(1), beide Fersen nach rechts drehen(2), beide Fersen nach links drehen(3)(Gewicht auf RF!)(1.30), halten (4)
5 6 7 8 LF 4 Schritte im Kreis laufen, rechts herum: links(5) -rechts(6) -links(7) -rechts(8) (12.00)

S2: TOE HEEL STEP SWIVEL, HOLD, ROCKING CHAIR.

1 2 3 4 LFspitze neben RF auftippen(1), LF Ferse neben RF auftippen(2), LF kleiner Schritt nach vorn(3), halten(4)
5 6 7 8 RF Schritt nach vorn, li Ferse etwas anheben(5), LF am Platz belasten(6), RF Schritt zurück, li Ferse etwas anheben(7), LF am Platz belasten(8)

S3: TWIST HEELS R-L-R, HOLD, WALK IN A CIRCLE R-L-R-L.

1 2 3 4 RF zu LF setzen und beide Fersen nach rechts drehen(1), beide Fersen nach links drehen(2), beide Fersen nach rechts drehen(3)(Gewicht auf LF!)(10.30), halten(4)
5 6 7 8 RF 4 Schritte im Kreis laufen, li herum: rechts -(5) -links(6) -rechts(7) -links(8) (12.00)

S4: TOE HEEL STEP SWIVEL, HOLD, ROCKING CHAIR.

1 2 3 4 RFspitze neben LF auftippen(1), RF Ferse neben LF auftippen(2), RF kleiner Schritt nach vorn(3), halten(4)
5 6 7 8 LF Schritt nach vorn, re Ferse etwas anheben(5), RF am Platz belasten(6), LF Schritt zurück, re Ferse etwas anheben(7), RF am Platz belasten(8)

S5: ½ MONTEREY TURN L WITH HOLDS.

1 2 3 4 LFspitze nach links tippen(1), halten(2), LF ½ Drehung links und neben RF setzen(3), halten(4) (6.00)
5 6 7 8 RFspitze nach rechts tippen(5), halten(6), RF neben LF setzen(7), halten(8)

S6: TOE STRUTS 4X (L-R-L-R).

1 2 3 4 LFspitze nach vorn auftippen(1), LF ganz belasten(2), RFspitze nach vorn auftippen(3), RF ganz belasten(4)
5 6 7 8 LFspitze nach vorn auftippen(5), LF ganz belasten(6), RFspitze nach vorn auftippen(7), RF ganz belasten(8)

****HIER NEUSTART** - Wand 3**

S7: HITCH, ½ TURN L, HITCH, ½ TURN L, HITCH, ½ TURN L, HITCH, ¼ TURN L.

1 2 3 4 LF hitch(1), LF ½ Drehung links und Schritt nach vorn(2), RF hitch(3), RF ½ Drehung links und Schritt zurück(4)
5 6 7 8 LF hitch(5), LF ½ Drehung links und Schritt nach vorn(6), RF hitch(7), RF ¼ Drehung links und Schritt nach rechts(8) (9.00)

S8: MAMBO BACK, HOLD, CROSS SHUFFLE, HOLD.

1 2 3 4 LF Schritt zurück, re Ferse etwas anheben(1), RF am Platz belasten(2), LF zusammen schliessen(3), halten(4),
5 6 7 8 RF über LF kreuzen(5), LF Schritt nach links(6), RF über LF kreuzen(7), halten(8)

Wiederholung bis zum Ende

NEUSTART: 12.00 Uhr. - Wand 3

FINISH:

F1: HITCH, ¼ TURN R, HITCH, SIDE, HITCH, CROSS, HITCH, SIDE.

1 2 3 4 LF hitch(1), LF ¼ Drehung rechts und Schritt zurück(2)(12.00), RF hitch(3), RF Schritt nach rechts(4),

5 6 7 8 LF hitch(5), LF über RF kreuzen(6), RF hitch(7), RF Schritt nach rechts(8)

F2: KICK, STEP, KICK, STEP, JUMP, HOLD, JUMP, HOLD.

1 2 3 4 LF nach vorn kicken(1), LF neben RF setzen(2), RF nach vorn kicken(3), RF neben LF setzen(4)

5 6 RF & LF mit beiden Füßen auseinander springen(5), halten(6)

7 8 RF & LF mit beiden Füßen wieder zusammen springen(7), halten(8)

Choreographed by: Beate Keller – Germany - email: beate.keller1@gmx.de
