

Bitty Rock (de)

拍數: 32 牆數: 4 級數: Beginner

編舞者: Elke Sonnenberg (DE) - Januar 2016

音樂: Rock Around the Clock - Bill Haley & The Comets : (www.lifedancers.npage.de)



Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen

[1 – 8] Step, lock, step, hold r + l

- 1- 2 RF Schritt nach vorn - LF hinter rechten einkreuzen
- 3- 4 RF Schritt nach vorn - Pause
- 5- 6 LF Schritt nach vorn - Rechten Fuß hinter linken einkreuzen
- 7- 8 LF Schritt nach vorn - Pause

[9 – 16] Mambo step, hold, coaster step, hold

- 1- 2 RF Schritt nach vorn, LF etwas entlasten - Gewicht zurück auf LF
- 3- 4 RF Kleinen Schritt nach hinten - Pause
- 5- 6 LF Schritt nach hinten - RF an LF schließen
- 7- 8 LF Schritt nach vorne- Pause

[17 – 24] side- together- cross (alter Scissor step), hold r + l

- 1- 2 RF Schritt nach rechts - LF an rechten schließen
- 3- 4 Rechten Fuß über linken kreuzen - Pause
- 5- 6 LF Schritt nach links - RF an linken schließen
- 7- 8 LF über RF kreuzen - Pause

[25 – 32] grapevine with cross, step turn ¼ l, stomp up, hold

- 1- 2 RF Schritt nach rechts - LF hinter rechten kreuzen
- 3- 4 RF Schritt nach rechts - LF über rechten kreuzen
- 5- 6 RF Schritt nach rechts - ¼ L- Drehung auf beiden Ballen, Gewicht LF (9 Uhr)
- 7- 8 RF komplett neben LF aufstippen- Pause

Wiederholung bis zum Ende

Contact: lifedancers@gmx.de