

No Roots (de)

拍數: 64
編舞者: Isabell Allert (DE) - April 2017
音樂: No Roots - Alice Merton

牆數: 2

級數: Phrased Intermediate



A: 32□B: 32□Tag1: 8□ Tag2: 4 Phrasing: A,A,Tag1,B,B,A,A,Tag1,B,B,A withTag2,B,B

Part A: 32

A(1-8)□ Grapevine, Touch, Rolling Vine, Cross Rock

- 1-3 re. Fuß Schritt zur Seite, li. Fuß kreuzt hinter re. Fuß, re. Fuß Schritt zur Seite
4 li. Fuß neben re. auftippen
5-7 li. Fuß ¼ Drehung links herum, Schritt nach vorne, re. Fuß ½ Drehung, Schritt nach hinten,
□li. Fuß ¼ Drehung, Schritt zur Seite
8& re. Fuß kreuzt über li. Fuß, Gewicht zurück auf links

A(9-16)□ Chasse rechts ¼ turn, Step Turn ½, ¼ Turn, Behind, Side, Cross, Side Rock

- 1&2 re. Fuß Schritt zur Seite, li. Fuß an re. heransetzen, re. Fuß ¼ Drehung rechts herum, Schritt
□nach vorne
3-4 li. Fuß Schritt nach vorne, ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht danach auf
□rechts
5 li. Fuß ¼ Drehung rechts, Schritt zur Seite
6&7 re. Fuß hinter li. Fuß kreuzen, li. Fuß Schritt zur Seite, re. Fuß kreuzt über li. Fuß
8-1 li. Fuß Schritt zur Seite, Gewicht zurück auf rechts

A(17-24) Behind, Side, Cross, Side Rock, Touch & Heel, Step ½ Turn

- 2&3 li. Fuß kreuzt hinter re. Fuß, re. Fuß Schritt zur Seite, li. Fuß kreuzt über re. Fuß
4-5 re. Fuß Schritt zur Seite, Gewicht zurück auf links
6&7& re. Fuß neben li. Fuß auftippen, re. Fuß neben li. Fuß abstellen, li. Fuß mit der Ferse neben
□re. Fuß auftippen, li. Fuß neben re. Fuß abstellen
8-1 re. Fuß Schritt nach vorne, ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf
□links

A(25-32) Out, Out, In, In, Rock Step, Touch

- 2-3 re. Fuß Schritt diagonal nach außen, li. Fuß Schritt diagonal nach außen
4-5 re. Fuß Schritt diagonal nach innen, li. Fuß Schritt diagonal nach innen
6-7 re. Schritt nach vorne, Gewicht zurück auf links
8 re. Fuß neben linken auftippen

Tag 1 : 8

(1-8)□ Step ¼ Turn, Step ¼ Turn, Step ¼ Turn, Step ¼ Turn, Close, Arm movement

- 1-4 re. Fuß ¼ Drehung rechts herum, Schritt nach vorne, li. Fuß ¼ Drehung rechts herum, Schritt
□nach vorne, re. Fuß ¼ Drehung rechts herum, Schritt nach vorne, li. Fuß ¼ Drehung
rechts □herum, Schritt nach vorne
5 re. Fuß neben li. Fuß abstellen
6-8 auf der Stelle stehen und beide Arme von innen nach außen einen Kreis bilden lassen

Part B: 32

B(1-8)□ Side, Drag, Point, Touch, Grapevine, Close

- 1 Großer Schritt zur rechten Seite, dabei rechter Arm waagrecht vor dem Körper, re.
Ellenbogen zieht nach außen, li. Arm waagrecht zur Seite ausstrecken
2 li. Fuß an re. Fuß heranziehen
3 li. Fuß zur Seite ausstrecken und Fußspitze auftippen
4 li. Fuß neben re. Fuß auftippen

- 5-7 li. Fuß Schritt zur Seite, re. Fuß kreuzt hinter li. Fuß, li. Fuß Schritt zur Seite
8 re. Fuß neben li. Fuß abstellen (Gewicht ist rechts)

B(9-16) □ Side, Drag, Point, Touch, Grapevine, Close

- 1 Großer Schritt zur linken Seite, dabei Arme waagrecht vor dem Körper, li. Ellenbogen zieht
□ nach außen, re. Arm waagrecht zu Seite
2 re. Fuß an li. Fuß heranziehen
3 re. Fuß zur Seite ausstrecken und Fußspitze auftippen
4 re. Fuß neben li. Fuß auftippen
5-7 re. Fuß Schritt zur Seite, li. Fuß kreuzt hinter re. Fuß, re. Fuß Schritt zur Seite
8 li. Fuß neben re. Fuß abstellen (Gewicht ist links)

B(17-24) □ Touch, Swivel, Coaster Step, Step, Point, Point

- 1 re. Fußspitze nach vorne aufsetzen
2&3 re. Ferse nach außen, innen und außen bewegen
4&5 re. Fuß Schritt nach hinten, li. Fuß neben re. Fuß absetzen, re. Fuß Schritt nach vorne
6 li. Fuß Schritt nach vorne
7-8 re. Fuß mit der Fußspitze vorne auftippen, re. Fuß mit der Fußspitze nach hinten auftippen

B(25-32) □ Touch, Swivel, Coaster Step, Step, Step ½ Turn

- 1 re. Fußspitze nach vorne aufsetzen
2&3 re. Ferse nach außen, innen und außen bewegen
4&5 re. Fuß Schritt nach hinten, li. Fuß neben re. Fuß absetzen, re. Fuß Schritt nach vorne
6 li. Fuß Schritt nach vorne
7-8 re. Fuß Schritt nach vorne, ½ Drehung auf beiden Ballen links herum, Gewicht am Ende auf
□ links

Tag 2: □ in Part A nach 28 Counts

(1-4) □ Out, Out, In, In (Im Tanz 6,7,8,1 gezählt)

- 1-2 re. Fuß Schritt diagonal nach außen, li. Fuß Schritt diagonal nach außen
3-4 re. Fuß Schritt diagonal nach innen, li. Fuß Schritt diagonal nach innen

Anschließend Part A zu Ende tanzen (Count 6-8 Rock Step, Touch; im Tanz 2,3,4 gezählt)

Ending: Nach dem Step ½ Turn Füße Hüftbreit und stehen bleiben und beide Arme auf Hüfthöhe nach außen bewegen

Contact: isabell.allert@web.de
