

Homage Polo Hofer (de)

拍數: 64 牆數: 2 級數: High Beginner Polka
編舞者: Monika Ottiger (CH) & Marcel Rohrer (CH) - Dezember 2017
音樂: Alperose - Polo Hofer : (4:41)



[1-8] Side Rock, Behind Side Cross, Side Rock Behind Side Cross

1, 2 RF Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf LF
3&4 RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF vor LF kreuzen
5, 6 LF Schritt nach links, Gewicht zurück auf RF
7&8 LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF vor RF kreuzen

[9-16] Walk Walk, Kick Ball Change, Walk Walk, Step ½ Turn

1, 2 RF Schritt nach vorne, LF Schritt nach vorne
3&4 RF Kick, RF neben LF stellen, LF Schritt an Ort
5, 6 RF Schritt nach vorne, LF Schritt nach vorne
7, 8 RF Schritt nach vorne, ½ Drehung L (6.00)

[17-24] Side Rock, Behind Side Cross, Side Rock Behind Side Cross

1, 2 RF Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf LF
3&4 RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF vor LF kreuzen
5, 6 LF Schritt nach links, Gewicht zurück auf RF
7&8 LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF vor RF kreuzen

[25-32] Walk Walk, Kick Ball Change, Walk Walk, Step ½ Turn

1, 2 RF Schritt nach vorne, LF Schritt nach vorne
3&4 RF Kick, RF neben LF stellen, LF Schritt an Ort
5, 6 RF Schritt nach vorne, LF Schritt nach vorne
7, 8 RF Schritt nach vorne, ½ Drehung L (12.00)

[33-40] K- Step

1, 2 RF Schritt diagonal R vorne, LF Touch neben RF mit Klatschen
3, 4 LF Schritt diagonal L zurück, RF Touch neben LF mit Klatschen
5, 6 RF Schritt diagonal R zurück, LF Touch neben RF mit Klatschen
7, 8 LF Schritt diagonal L vorne, RF Touch neben LF mit Klatschen

[41-48] Chasse R, Back Rock, Chasse L, Back Rock

1&2 RF Schritt nach rechts, LF neben RF stellen, RF Schritt nach rechts
3, 4 LF hinter RF kreuzen, Gewicht zurück auf RF
5,&6 LF Schritt nach links, RF neben LF stellen, LF Schritt nach links
3,4 RF hinter LF kreuzen, Gewicht zurück auf LF

[49-56] Step ¼ Turn L, Step ¼ Turn L, Jazzbox

1, 2 RF Schritt nach vorne, ¼ Drehung nach links
3, 4 RF Schritt nach vorne, ¼ Drehung nach links
5, 6 RF vor LF kreuzen, LF Schritt zurück
7, 8 RF Schritt nach rechts, LF Schritt nach vorne

[57-64] Jump forward, Clap, Jump back, Clap, Hips

&1, 2 RF kleiner Schritt nach vorn, LF neben RF stellen, Klatschen
&3, 4 RF kleiner Schritt zurück, LF neben RF stellen, Klatschen
5-8 Hüfte schwingen nach R, L, R, L

From The Top

Site - www.linedancehall.ch – Contact: marcel@risingmoon.ch
