

Hands Up (de)

拍數: 32 牆數: 4 級數: Beginner
編舞者: Anne de Vries (DE) - Mai 2018
音樂: Hands Up - Tim Hicks



Rolling vine r, stomp, Shuffle forward l + r

- 1-4 3 Schritte in Richtung nach rechts, dabei eine volle Umdrehung rechts herum ausführen (r - l - r) - Linken Fuß neben rechtem aufstampfen
- 5&6 Schritt nach vorne vorn mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links vorn mit links
- 7&8 Schritt nach vorne mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts vorn mit rechts

Shuffle back l + r, Rolling vine l, stomp

- 1&2 Schritt nach hinten mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links hinten mit links
- 3&4 Schritt nach hinten mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts hinten mit rechts
- 5-8 3 Schritte in nach links, dabei eine volle Umdrehung links herum ausführen (l - r - l) - rechten Fuß neben linkem aufstampfen

Kick, kick side, sailor step ¼ turn r, Stomp, swivel heel, toe, heel l + r

- 1-2 Rechten Fuß nach vorn kicken - Rechten Fuß nach rechts kicken
- 3&4 Rechten Fuß hinter linken kreuzen - Schritt nach links mit links und Gewicht zurück auf den rechten Fuß mit ¼ Drehung rechts
- 5&6 linken Fuß schräg links vorn aufstampfen - rechte Hacke in Richtung linke Hacke drehen, rechte Fußspitze in Richtung linke Hacke drehen
- 7&8 Wie 5-6, aber spiegelbildlich mit rechts beginnend

Rock forward l, coaster step, pivot ½ l

- 1-2 Schritt nach vorn mit links, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 3&4 Schritt nach hinten mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit links
- 5-6 Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links
- 7-8 Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links

Tanz beginnt wieder von vorne

Contact: LonesomeRiderOstfriesland@gmx.de