

Hurtin' Me Back (de)

COPPERKNOB
STEPSHETS

拍數: 68 牆數: 2
編舞者: Siggie Güldenfuß (DE) - März 2019
音樂: Hurtin' Me Back - Gord Bamford

級數: High Beginner



Hinweis: Der Tanz beginnt nach 16 Counts.

#1 Sektion: Heel, Hook, Shuffle Forward, re./li.

1-2 re. Ferse vorn auftippen, RF vor li. Bein anwinkeln
3&4 RF Schritt vor, LF neben RF absetzen, RF Schritt vor
5-6 li. Ferse vorn auftippen, LF vor re. Bein anwinkeln
7&8 LF Schritt vor, RF neben LF absetzen, LF Schritt vor

#2 Sektion: Rock Step, ½ Turn, Shuffle Forward, re./li.

1-2 RF Schritt vor, LF leicht anheben und Gewicht zurück auf LF
Restart: In der 3. Runde hier abbrechen, einen Rock Back (RF Schritt zurück, LF leicht anheben, Gewicht zurück auf LF) tanzen und den Tanz von vorn beginnen! (12Uhr)
3&4 ½ Drehung re. herum, RF Schritt vor, LF neben RF absetzen, RF Schritt vor (6Uhr)
5-6 LF Schritt vor, RF leicht anheben und Gewicht zurück auf RF
7&8 ½ Drehung li. herum, LF Schritt vor, RF neben LF absetzen, LF Schritt vor (12Uhr)

#3 Sektion: Heel & Heel & Heel, Hook, Step, Touch Behind, Step Back, Kick

1&2 re. Ferse vorn auftippen, RF neben LF absetzen und li. Ferse vorn auftippen
&3-4 LF neben RF absetzen und re. Ferse vorn auftippen, RF vor li. Bein anwinkeln
Restart: In der 6. Runde hier abbrechen und den Tanz von vorn beginnen! (12Uhr)
5-6 RF Schritt vor, LF hinter RF auftippen
7-8 LF Schritt zurück, RF nach vorn kicken

#4 Sektion: Shuffle Back, Coaster Step, Rocking Chair

1&2 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt zurück
3&4 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vor
5-6 RF Schritt vor, LF leicht anheben, Gewicht zurück auf LF
7-8 RF Schritt zurück, LF leicht anheben, Gewicht zurück auf LF

#5 Sektion: Side, Behind, ¼ Turn, Shuffle Forward, Cross Rock, Side, Touch

1-2 RF Schritt nach re., LF hinter RF absetzen
3&4 ¼ Drehung re. herum, RF Schritt vor, LF neben RF absetzen, RF Schritt vor (3Uhr)
5-6 LF vor RF absetzen, RF leicht anheben, Gewicht zurück auf RF
7-8 LF Schritt nach li., re. Fußspitze neben LF auftippen (dabei das re. Knie leicht nach innen drehen)

#6 Sektion: Full Turn, Chassè, Cross Rock, Chassè

1-2 ¼ Drehung re. herum (6Uhr), RF Schritt vor, ½ Drehung re. herum, LF Schritt zurück (12Uhr)
3&4 ¼ Drehung re. herum, RF Schritt nach re., LF neben RF absetzen und RF Schritt nach re. (3Uhr)
5-6 LF vor RF absetzen, RF leicht anheben, Gewicht zurück auf RF
7&8 LF Schritt nach li., RF neben LF absetzen und LF Schritt nach li.

#7 Sektion: Cross Rock, Side Rock, Coss Rock, ¼ Turn Scuff

1-2 RF vor LF absetzen, LF leicht anheben, Gewicht zurück auf LF
3-4 RF Schritt nach re., LF leicht anheben, Gewicht zurück auf LF
5-6 wie 1-2
7-8 ¼ Drehung re. herum und RF Schritt nach re., LF Bodenschleifer nach vorn (6Uhr)

#8 Sektion: Cross Rock, Side Rock, Step Across, Point, Step Across, Point

- 1-2 LF vor RF absetzen, RF leicht anheben, Gewicht zurück auf RF
- 3-4 LF Schritt nach li., RF leicht anheben, Gewicht zurück auf RF
- 5-6 LF vor RF absetzen, re. Fußspitze re. auftippen
- 7-8 RF vor LF absetzen, li. Fußspitze li. auftippen

#9 Sektion: Rock Step, Coaster Step

- 1-2 LF Schritt vor, RF leicht anheben, Gewicht zurück auf RF
- 3&4 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vor

Dance, Have Fun & Smile!
