

First Day Of My Life (de)

拍數: 56 牆數: 4 級數: Phrased Intermediate
編舞者: Daniela Schwartz (DE) - Januar 2021
音樂: First Day of My Life - Milow



A=32 :: B=24 - 1 restart, no tags

Hinweis: Der Tanz beginnt mit dem Einsatz des Gesangs

Sequenz: A, A*B, AB, AB

Part/Teil A (4 wall)

A1: Walk 2, touch forward, point, back 2, coaster step

- 1-2 2 Schritte nach vorn (r - l)
- 3-4 Rechte Fußspitze vorn auftippen - Rechte Fußspitze rechts auftippen
- 5-6 2 Schritte nach hinten (r - l)
- 7&8 Schritt nach hinten mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit rechts

A2: Side, rock back-¼ turn l, rock back-¼ turn r, ½ turn r, ½ turn r, ½ turn r-½ turn r

- 1-2& Schritt nach links mit links - Schritt nach hinten mit rechts und Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 3-4& ¼ Drehung links herum und Schritt nach rechts mit rechts - Schritt nach hinten mit links und Gewicht zurück auf den rechten Fuß (9 Uhr)
- 5-6 ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links - ½ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts (6 Uhr)
- 7-8& ½ Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links - ½ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts sowie ½ Drehung rechts herum und linken Fuß an rechten heransetzen (12 Uhr)

(Restart für A*: Hier abbrechen und entsprechend Sequenz weiter tanzen - 9 Uhr)

A3: Walk 2, touch forward, point, back 2, coaster step

- 1-8 Wie Schrittfolge A1

A4: Cross, rock side-cross, back, rock back-rock side-cross, unwind ¼ l

- 1-2& Linken Fuß über rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts und Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 3-4 Rechten Fuß über linken kreuzen - Schritt nach hinten mit links
- 5& Schritt nach hinten mit rechts und Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 6& Schritt nach rechts mit rechts und Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 7-8 Rechten Fuß über linken kreuzen - ¼ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (9 Uhr)

Part/Teil B (1 wall; beginnt das 1. Mal Richtung 9 Uhr)

B1: Touch forward-heel-side r + l, knee swivels

- 1&2 Rechte Fußspitze vorn auftippen - Rechte Hacke vorn auftippen und Schritt nach rechts mit rechts
- 3&4 Linke Fußspitze vorn auftippen - Linke Hacke vorn auftippen und Schritt nach links mit links
- 5-6 Rechtes Knie innen drehen - Rechtes Knie zurück/linkes nach innen drehen
- 7&8 Abwechselnd rechtes, linkes und wieder rechtes Knie nach innen drehen

B2: Touch forward-heel-side r + l, knee swivels

- 1-8 Wie Schrittfolge B1

B3: Side/hip bumps, chassé r, hip bumps, chassé l

- 1-2 Kleinen Schritt nach rechts mit rechts/Hüften nach rechts schwingen - Hüften nach links schwingen
- 3&4 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts
- 5-6 Hüften nach links schwingen - Hüften nach rechts schwingen
- 7&8 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links
-