

Ramona (de)

拍數: 32 牆數: 2 級數: Improver
編舞者: Christine Steindl (AUT) - Mai 2021
音樂: Ramona - The Blue Diamonds : (Remastered)



Intro: 16 cts

Sektion 1: Rocking-Chair re, Kick re - 2x, Back-Rock re

1,2 re Fuß Schritt vorwärts; Gewicht zurück auf den li Fuß;
3,4 re Fuß Schritt rückwärts; Gewicht zurück auf den li Fuß;
5,6 re Fuß Kick vorwärts; re Fuß Kick vorwärts;
7,8 re Fuß Schritt rückwärts; Gewicht zurück auf den li Fuß;

Sektion 2: Step re, 1/2 Turn R, Back li, Back-Rock re, Kick re - 2x , Back-Rock re

1,2 re Fuß Schritt vorwärts; 1/2 Re-Drehung am re Ballen, li Fuß Schritt rückwärts; (6:00)
3,4 re Fuß Schritt rückwärts; Gewicht zurück auf den li Fuß,
5,6 re Fuß Kick vorwärts; re Fuß Kick vorwärts;
7,8 re Fuß Schritt rückwärts; Gewicht zurück auf den li Fuß;

Sektion 3: Triple-Step re seitw, Back-Rock li, Side-Hold-Ball-Side-Touch li

1&2 re Fuß Schritt seitwärts; li Ballen schließt neben dem re Fuß; re Fuß Schritt seitwärts;
3,4 li Fuß Schritt rückwärts; Gewicht zurück auf den re Fuß;
5,6& li Fuß Schritt seitwärts; Halten; re Ballen schließt neben dem li Fuß;
7,8 li Fuß Schritt seitwärts; re Fußspitze Tipp neben dem li Fuß;

(*) optional in der 4. Wand

Sektion 4: Rolling-Vine R, Hold, Hip-Sways li, re, li, Hold

1,2 1/4 Re-Drehung am li Ballen, re Fuß Schritt vorwärts; (9:00)1/2 Re-Drehung am re Ballen, li
Fuß Schritt rückwärts; (3:00)
3,4 1/4 Re-Drehung am li Ballen, re Fuß Schritt seitwärts; (6:00)Halten;
5,6 li Fuß Schritt seitwärts, Hip-Sway nach li; Hip Sway nach re;
7,8 Hip-Sway nach li; Halten;

der Tanz beginnt von vorne...

(*) optional in der 4. Wand nach 24 cts; dann RestartStomp re, Claps, synkopierte Ballen-Steps am Platz mit Touch

re Fuß Stomp (ohne Gewicht) seitwärts; Clap; Clap; Clap;
re Ballen Schritt am Platz; li Ballen Schritt am Platz;
re Ballen Schritt am Platz; li Ballen Schritt am Platz;
re Fußspitze Tipp neben dem li Fuß;