

# Exit (de)

拍數: 64      牆數: 2      級數: Improver  
編舞者: Claudia Arndt (DE) - November 2021  
音樂: F\*\*k You - Lily Allen



**Hinweis: Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen mit dem Einsatz des Gesangs**

## S1: Chassé, rock back r + l

- 1&2      Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts  
3-4      Schritt nach hinten mit links - Gewicht zurück auf den rechten Fuß  
5&6      Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links  
7-8      Schritt nach hinten mit rechts - Gewicht zurück auf den linken Fuß

## S2: Boogie walk 2, shuffle forward r + l

- 1-2      2 Schritte nach vorn, dabei jeweils etwas überkreuzen (r - l)  
3&4      Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach vorn mit rechts  
5-6      2 Schritte nach vorn, dabei jeweils etwas überkreuzen (l - r)  
7&8      Schritt nach vorn mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach vorn mit links

## S3: Shuffle back r + l 2x

- 1&2      Schritt nach hinten mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach hinten mit rechts  
3&4      Schritt nach hinten mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach hinten mit links  
5-8      Wie 1-4

## S4: Kick forward, kick side, coaster step, kick forward, kick side, ¼ turn l/coaster step

- 1-2      Rechten Fuß nach vorn kicken - Rechten Fuß nach rechts kicken  
3&4      Schritt nach hinten mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit rechts  
5-6      Linken Fuß nach vorn kicken - Linken Fuß nach links kicken  
7&8      ¼ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit links (9 Uhr)

## S5: Side, close, chassé r turning ¼ r, step, pivot ½ r, shuffle forward

- 1-2      Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen  
3&4      Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen, ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts (12 Uhr)  
5-6      Schritt nach vorn mit links - ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (6 Uhr)  
7&8      Schritt nach vorn mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach vorn mit links

## S6: Walk 3, touch, back 3, touch

- 1-4      3 Schritte nach vorn (r - l - r) - Linken Fuß neben rechtem auftippen  
5-8      3 Schritte nach hinten (l - r - l) - Rechten Fuß neben linkem auftippen

## S7: ¼ Monterey turn r 2x

- 1-2      Rechte Fußspitze rechts auftippen - ¼ Drehung rechts herum und rechten Fuß an linken heransetzen (9 Uhr)

3-4 Linke Fußspitze links auftippen - Linken Fuß an rechten heransetzen  
5-8 Wie 1-4 (12 Uhr)

**S8: Jazz box turning  $\frac{1}{4}$  r 2x**

1-2 Rechten Fuß über linken kreuzen -  $\frac{1}{4}$  Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links (3 Uhr)  
3-4 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen  
5-8 Wie 1-4 (6 Uhr)

**Wiederholung bis zum Ende**

**Tag/Brücke (nach Ende der 1., 3. und 5. Runde - 6 Uhr)**

**Step, pivot  $\frac{1}{2}$  l, unwind  $\frac{1}{2}$  l**

1-2 Schritt nach vorn mit rechts -  $\frac{1}{2}$  Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (12 Uhr)  
3-4 Langsame  $\frac{1}{2}$  Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (6 Uhr)

**Aufnahme: 04.11.2021; Stand: 04.11.2021. Druck-Layout ©2012 by Get In Line ([www.get-in-line.de](http://www.get-in-line.de)). Alle Rechte vorbehalten**

---