

Swiss Lady (de)

拍數: 32 牆數: 4 級數: Beginner ECS
編舞者: Esther Orsatti (CH) - Juni 2022
音樂: Swiss Lady - Pepe Lienhard Band



Intro: nach dem Alphorn, 24 Counts / Der Tanz beginnt mit den Worten: ziemlich schlank

[1-8] Chasse R / Back Rock L / Chasse L / Back Rock R

1&2 RF Schritt nach R, LF schnell dazu stellen, RF Schritt nach R
3-4 LF Schritt zurück und dabei den RF entlasten, Gewicht wieder auf den RF
5&6 LF Schritt nach L, RF schnell dazu stellen, LF Schritt nach L
7-8 RF Schritt zurück und dabei den LF entlasten, Gewicht wieder auf den LF

[9-16] Circle-Walk L / mit Scuff

1-2 ¼ Dr. L auf dem L Fussballen und RF Schritt vorw., dann den L Fuss nach vorne schwingen, dabei den Fersen am Boden streifen
3-4 ¼ Dr. L auf dem R Fussballen und LF Schritt vorw., dann den R Fuss nach vorne schwingen, dabei den Fersen am streifen
5-8 die Schritte 1-4 wiederholen. Nun hast du den Blick wieder Richtung 12.00 Uhr

[17-24] Shuffle vorw. R / Rock-Step L / Shuffle rückw. L / Back Rock R

1&2 RF Schritt vorw. den LF schnell hinter den R Fersen stellen, RF Schritt vorw.
3-4 LF Schritt vorw. dabei den RF entlasten, Gewicht wieder auf den RF
5&6 LF Schritt zurück, den RF vor die L Fussspitze stellen, LF Schritt zurück
7-8 RF Schritt zurück dabei den LF entlasten, Gewicht wieder auf den LF

[25-32] Step RF R / Tap LF / Step FL L / Tap RF / ¼ Dr R Step vorw. RF / Drag LF

1-2 RF Schritt nach R, LF neben dem RF auftippen
3-4 LF Schritt nach L, RF neben den LF auftippen
5- a uf dem L Fussballen ¼ Dr. R und mit dem RF einen grossen Schritt vorw
6-7 den LF langsam mit gebogenem Knie neben den RF ran ziehen und aufstampfen
8 warten

Tanzen bis zum Schluss

Viel Spass Esti