

# System Overload (de)

COPPERKNOB  
STYLSHEETS

拍數: 0      牆數: 2      級數: Intermediate/Advanced hip hop  
編舞者: Moud (DE)  
音樂: Hit You with the Real Thing - Westlife



Sequence: AA, BBB, B(1-32), Tag 1, AA, Tag 2, BB

## PART A

### POINT SWITCHES, TOUCH ACROSS, CHASSÉ RIGHT, ROCK BACK

- 1&2      Rechte FußSpitze rechts Auftippen - Rechten Fuß an Linken heransetzen und Linke FußSpitze links Auftippen
- &3-4      Linken Fuß an Rechten heransetzen und rechte FußSpitze rechts Auftippen - rechte FußSpitze links von Linker Auftippen
- 5&6      Schritt nach rechts Mit rechts - Linken Fuß an Rechten heransetzen und Schritt nach rechts Mit rechts
- 7-8      Schritt zurück Mit links, Rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück Auf den Rechten Fuß

### CHASSÉ LEFT, ROCK BACK, OUT-OUT-IN-IN & HEEL & STEP

- 1&2      Schritt nach links Mit links - Rechten Fuß an Linken heransetzen und Schritt nach links Mit links
- 3-4      Schritt zurück Mit rechts, Linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück Auf den Linken Fuß
- &5      Kleinen Schritt nach rechts Mit rechts und nach links Mit links
- &6      Schritt zurück zur Mitte Mit rechts und Linken Fuß an Rechten heransetzen
- &7      Kleinen Schritt zurück Mit rechts und Linke Hacke vorn Auftippen
- &8      Linken Fuß an Rechten heransetzen und Schritt Auf der Stelle Mit rechts (wenn a folgt: nur Auftippen)

## PART B

### SCUFF-HITCH-STEP, HEEL-FLICK-TOUCH, POINT & POINT & POINT-HITCH-CROSS

- 1      Linken Fuß nach vorn schwingen, Hacke am Boden schleifen lassen
- &2      Linkes Knie etwas anheben (kleiner sprung) und Linken Fuß an Rechten heransetzen
- 3&4      Rechte Hacke vorn Auftippen - Rechten Fuß nach rechts schnellen (Hacke nach außen) und rechte FußSpitze neben Linkem Fuß Auftippen
- 5&6      Rechte FußSpitze rechts Auftippen - Rechten Fuß an Linken heransetzen und Linke FußSpitze links Auftippen
- &7      Linken Fuß an Rechten heransetzen und rechte FußSpitze rechts Auftippen
- &8      Rechten Fuß anheben und Rechten Fuß über Linken kreuzen

### COASTER STEP, OUT-OUT-IN-IN & HEEL & TOUCH, POINT, ¼ TURN RIGHT

- 1&2      Schritt zurück Mit links - Rechten Fuß an Linken heransetzen und kleinen Schritt nach vorn Mit links
- &3      Kleinen Schritt nach rechts Mit rechts und nach links Mit links
- &4      Schritt zurück zur Mitte Mit rechts und Linken Fuß an Rechten heransetzen
- &5      Kleinen Schritt zurück Mit rechts und Linke Hacke vorn Auftippen
- &6      Linken Fuß an Rechten heransetzen und Rechten Fuß neben Linkem Auftippen
- 7-8      Rechte FußSpitze rechts Auftippen - rechtes Knie anheben und ¼ Drehung rechts herum (3 uhr)

### SHUFFLE FORWARD, ROCK FORWARD, COASTER STEP, JUMP FORWARD-OUT-OUT

- 1&2      Cha-cha nach vorn (right - left - right)
- 3-4      Schritt nach vorn Mit links, Rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück Auf den Rechten Fuß

- 5&6 Schritt zurück Mit links - Rechten Fuß an Linken heransetzen und kleinen Schritt nach vorn Mit links
- &7 Kleinen Schritt nach vorn Mit rechts und Linken Fuß an Rechten heransetzen
- &8 Kleinen Schritt nach rechts Mit rechts und nach links Mit links

**SIT, KICK, SAILOR SHUFFLE TURNING ¼ LEFT, ROCK FORWARD, BACK, SLIDE**

- 1-2 Leicht in die Knie gehen (knicks) - wieder Aufrichten und Rechten Fuß nach rechts kicken
- 3&4 Rechten Fuß hinter Linken kreuzen - Schritt nach links Mit links, ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn Mit rechts (12 uhr)
- 5-6 Schritt nach vorn Mit links, Rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück Auf den Rechten Fuß
- 7-8 Schritt zurück Mit links - Rechten Fuß Auf der Hacke nach hinten gleiten lassen

**TOUCH BEHIND, UNWIND ½ RIGHT, POINT & POINT & POINT-HITCH-CROSS, POINT & POINT**

- 1-2 Rechte FußSpitze hinten Auftippen - ½ Drehung rechts herum Auf beiden Ballen, Gewicht am Ende Auf dem Rechten Fuß (6 uhr)
- 3&4 Rechte FußSpitze rechts Auftippen - Rechten Fuß an Linken heransetzen und Linke FußSpitze links Auftippen
- &5 Linken Fuß an Rechten heransetzen und rechte FußSpitze rechts Auftippen
- &6 Rechten Fuß anheben und Rechten Fuß über Linken kreuzen
- 7&8 Linke FußSpitze links Auftippen - Linken Fuß an Rechten heransetzen und rechte FußSpitze rechts Auftippen

**POINT & POINT-HITCH-CROSS, COASTER STEP, STEP, SLIDE, BODY ROLL (HIP BUMBS)**

- &1 Rechten Fuß an Linken heransetzen und Linke FußSpitze links Auftippen
- &2 Linken Fuß anheben und Linken Fuß über Rechten kreuzen
- 3&4 Schritt zurück Mit rechts - Linken Fuß an Rechten heransetzen und kleinen Schritt nach vorn Mit rechts
- 5-6 Großen Schritt nach vorn Mit links - Rechten Fuß an Linken herangleiten lassen
- 7-8 Körperrolle oder hüftschwinger, Gewicht am Ende Auf dem Rechten Fuß Wiederholung bis zum Ende

**TAG 1**

**TOUCH BEHIND, UNWIND ½ RIGHT**

- 1-2 Rechte FußSpitze hinten Auftippen
- 3-4 ½ Drehung rechts herum Auf beiden Ballen, Gewicht am Ende Auf dem Rechten Fuß (6 uhr)

**TAG 2**

**CHASSÉ LEFT, ROCK BACK, OUT-OUT-IN-IN & HEEL & STEP**

- 1&2 Schritt nach links Mit links - Rechten Fuß an Linken heransetzen und Schritt nach links Mit links
  - 3-4 Schritt zurück Mit rechts, Linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück Auf den Linken Fuß
  - &5 Kleinen Schritt nach rechts Mit rechts und nach links Mit links
  - &6 Schritt zurück zur Mitte Mit rechts und Linken Fuß an Rechten heransetzen
  - &7 Kleinen Schritt zurück Mit rechts und Linke Hacke vorn Auftippen
  - &8 Linken Fuß an Rechten heransetzen und Schritt Auf der Stelle Mit rechts
-