

Baby Rock'n Roll (de) (+ arms)

COPPERKNOB
STEPSHEETS

拍數: 32 牆數: 4 級數: Beginner
編舞者: Gabi Beeler (CH) - November 2013
音樂: Sea of Cowboy Hats - Chely Wright



z.B. Uebungssong: Old Time Rock n'Roll – Credence Clearwater Revival (BPM 124)

mit Armvariationen für fortgeschrittene Beginner

[1-8] Heel R, Together, Heel L, Together (2x)

- 1 RFFe vorne auftippen, gleichzeitig mit den Finger schnippen – diagonal rechts
- 2 RF an LF heran setzen
- 3 LFFe vorne auftippen, gleichzeitig mit den Finger schnippen – diagonal links
- 4 LF an RF heran setzen
- 5 RFFe vorne auftippen, gleichzeitig mit den Finger schnippen – diagonal rechts
- 6 RF an LF heran setzen
- 7 LFFe vorne auftippen, gleichzeitig mit den Finger schnippen – diagonal links
- 8 LF an RF heran setzen

[9-16] Heel, Heel, Step, Together (2x)

- 1 Schritt nach etwas schräg rechts vorn auf die rechte Ferse
rechter Arm diagonal ausstrecken (Ellbogen 90 Grad Winkel)
- 2 Schritt nach etwas schräg links vorn auf die linke Ferse (Schulterbreite)
linker Arm diagonal ausstrecken
- 3 Schritt nach hinten mit rechts in die Ausgangsposition
rechter Arm zurück in Ausgangsposition
- 4 Linken Fuß an rechten heransetzen
linker Arm zurück in Ausgangsposition
- 5 Schritt nach etwas schräg rechts vorn auf die rechte Ferse
rechter Arm diagonal ausstrecken (Ellbogen 90 Grad Winkel)
- 6 Schritt nach etwas schräg links vorn auf die linke Ferse (Schulterbreite)
linker Arm diagonal ausstrecken
- 7 Schritt nach hinten mit rechts in die Ausgangsposition
rechter Arm zurück in Ausgangsposition
- 8 Linken Fuß an rechten Fuss heransetzen
linker Arm zurück in Ausgangsposition

[17-24] Rock Forward, Rock Back (Rocking Chair), Step, Turn ½ (2x)

- 1 RF Schritt nach vorn, linken Fuss etwas anheben
- 2 Gewicht zurück auf den linken Fuss
- 3 RF Schritt nach hinten, linken Fuss etwas anheben
- 4 Gewicht zurück auf den linken Fuss
- 5, 6 Schritt nach vorn mit rechts – ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (6 Uhr)
- 7, 8 Schritt nach vorn mit rechts – ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (12 Uhr)

[25-32] Jazz Box, Jazz Box with ¼ Turn Right

- 1, 2 RF vor LF kreuzen, LF kleiner Schritt zurück
- 3, 4 RF Schritt nach rechts, LF Schritt vor
- 5, 6 RF vor LF kreuzen, LF kleiner Schritt zurück
- 7, 8 RF Schritt mit ¼ Drehung nach rechts, LF Schritt vor

Start again

Contact: Scorpion15@bluewin.ch
