



Workout

Intermediate-phrased, A 52 /B 32/ Tag 16/ 2 Wall

Choreographie: Silvia Denise Staiti

Musik: The Hard Way – The Shires

Der Tanz beginnt nach 6 x 8 Taktschlägen (48 Takte)

Tanzabfolge:

2x A – A(16 c) – 2x B – Brücke – 1x A – A(16 c) – 2 x B – Brücke – A(32 c) – 4x B – Brücke Finale

Abkürzungen:

RF = Rechter Fuß

LF = Linker Fuß

PART A (52)

SECT 1: VAUDEVILLE L, HOOK BEHIND L, SIDE L, HOOK BEHIND R, (BEGINNING VINE) SIDE R, CROSS BEHIND L

1-2 LF vor RF kreuzen, RF kleinen Schritt zurück

3-4 Linke Ferse vorn auftippen, LF hinter dem Rechten Bein kreuzend anheben

5-6 LF Schritt nach links, RF hinter dem Linken Bein kreuzend anheben

7-8 RF Schritt nach rechts, LF hinter RF kreuzen

SECT 2: (ENDING VINE) SIDE R, L CROSS, ½ TURN L STEP BACK R, L HOOK WITH SLAP, ½ TURN L STEP FWD L, SCUFF R, SIDE R, L TOGETHER

1-2 RF Schritt nach rechts, LF vor RF kreuzen

3-4 ½ Linksdrehung und RF Schritt zurück, LF hinter dem Rechten Bein kreuzend anheben und mit der rechten Hand an die Ferse schlagen

5-6 ½ Linksdrehung und LF Schritt vorwärts, Rechte Ferse neben LF nach vorn über den Boden streifen

7-8 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen

(Bei A16 ersetze Count 8 durch LF Stomp)

SECT 3: STEP FWD R, STEP FWD L, SHUFFLE R WITH ½ TURN L, L POINT, L CROSS, R KICK, R STOMP UP

1-2 RF Schritt vorwärts, LF Schritt vorwärts

3&4 ¼ Linksdrehung und RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen, ¼ Linksdrehung und RF Schritt zurück

5-6 Linke Fußspitze nach links auftippen, LF hinter RF kreuzen

7-8 RF nach vorn kicken, RF neben LF aufstampfen (Gewicht auf LF)

SECT 4: MONTEREY ½ TURN R WITH FLICK-STOMP, ¼ TURN LEFT STEP R, STOMP UP L, ¼ TURN LEFT STEP L, STOMP UP R

1-2 Rechte Fußspitze nach rechts auftippen, ½ Rechtsdrehung und RF neben LF absetzen

3-4 LF nach hinten hochheben, LF neben RF aufstampfen

5-6 ¼ Linksdrehung und RF Schritt nach rechts, LF neben RF aufstampfen (Gewicht auf RF)

7-8 ¼ Linksdrehung und LF Schritt vorwärts, RF neben LF aufstampfen (Gewicht auf LF)

SECT 5: VINE R, L STEP FWD, R HEEL-TOE-HEEL-TWIST, STOMP R

- 1-2 RF Schritt nach rechts, LF hinter RF kreuzen
- 3-4 RF Schritt nach rechts, LF Schritt vorwärts
- 5-6 Rechte Ferse vorn auftippen (rechte Fussspitze zeigt nach rechts, Rechte Fußspitze hinten auftippen (rechte Ferse zeigt nach rechts))
- 7-8 Rechte Ferse vorn auftippen (rechte Fußspitze zeigt nach rechts), RF neben LF aufstampfen

SECT 6: L HEEL-TOE-HEEL-TWIST, STOMP L, R SCISSOR CROSS, HOLD

- 1-2 Linke Ferse vorn auftippen (linke Fußspitze zeigt nach links), Linke Fußspitze hinten auftippen (Linke Ferse zeigt nach links)
- 3-4 Linke Ferse vorn auftippen (linke Fußspitze zeigt nach links), LF neben RF aufstampfen
- 5-6 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen
- 7-8 RF vor LF kreuzen, Pause

SECT 7: ROCK STEP ¼ TURN L, ¾ TURN L, STOMP R

- 1-2 ¼ Linksdrehung und LF Schritt vorwärts und dabei RF etwas anheben, Gewicht zurück auf RF
- 3-4 ¾ Linksdrehung und LF Schritt nach links, RF neben LF aufstampfen

PART B (32)

SECT 1: SHUFFLE L, FULL TURN R, ROCK BACK R, STOMP R, KICK FWD R

- 1&2 LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen, LF Schritt nach links
- 3-4 ½ Rechtsdrehung RF Schritt nach rechts, ½ Rechtsdrehung und LF Schritt nach links
- 5-6 auf RF zurückspringen und dabei LF nach vorn kicken, Gewicht auf wieder auf LF
- 7-8 RF neben LF aufstampfen, RF nach vorn kicken

SECT 2: KICK FWD L, CROSS, KICK FWD L, STEP L, JAZZBOX, STOMP L

- 1-2 (gesprungen) auf RF zurückspringen und LF nach vorn kicken, LF vor RF kreuzen und dabei RF nach hinten hochheben
- 3-4 auf RF zurückspringen und LF nach vorn kicken, LF absetzen
- 5-6 RF vor LF kreuzen, LF Schritt zurück
- 7-8 RF Schritt nach rechts, LF nach vorn aufstampfen

SECT 3: R SCUFF ¼ TURN LEFT, STOMP R, L SCUFF ¼ TURN LEFT, STOMP L, R SHUFFLE ½ TURN L, ROCK BACK L

- 1-2 Rechte Ferse mit ¼ Linksdrehung nach vorn über den Boden streifen, RF aufstampfen
- 3-4 Linke Ferse mit ¼ Linksdrehung nach vorn über den Boden streifen, LF aufstampfen
- 5&6 ¼ Linksdrehung und RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen, ¼ Linksdrehung und RF Schritt zurück
- 7-8 LF Schritt zurück und dabei RF etwas anheben, Gewicht zurück auf RF

SECT 4: L SHUFFLE ½ TURN RIGHT, ROCK BACK R, FULL TURN LEFT, STOMP R+L

- 1&2 ¼ Rechtsdrehung und LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, ¼ Rechtsdrehung und LF Schritt zurück
3-4 RF Schritt zurück und dabei LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF
5-6 ½ Linksdrehung und RF Schritt zurück, ½ Linksdrehung und LF Schritt vorwärts
7-8 RF neben LF aufstampfen, LF neben RF aufstampfen

BRÜCKE/TAG 16 COUNTS:

SECT 1: R HEEL-TOE-HEEL-TWIST, STOMP R, L HEEL-TOE-HEEL-TWIST, STOMP L

- 1-2 Rechte Ferse vorn auftippen (rechte Fussspitze zeigt nach rechts, Rechte Fußspitze hinten auftippen (rechte Ferse zeigt nach rechts)
3-4 Rechte Ferse vorn auftippen (rechte Fußspitze zeigt nach rechts), RF neben LF aufstampfen
5-6 Linke Ferse vorn auftippen (linke Fußspitze zeigt nach links), Linke Fußspitze hinten auftippen (Linke Ferse zeigt nach links)
7-8 Linke Ferse vorn auftippen (linke Fußspitze zeigt nach links), LF neben RF aufstampfen

SECT 2: R SCISSOR CROSS, HOLD, ROCK STEP ¼ TURN L, ¾ TURN L, STOMP R

- 1-2 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen
3-4 RF vor LF kreuzen, Pause
5-6 ¼ Linksdrehung und LF Schritt vorwärts und dabei RF etwas anheben, Gewicht zurück auf RF
7-8 ¾ Linksdrehung und LF Schritt nach links, RF neben LF aufstampfen

Bei der letzten Brücke am Ende des Tanzes tanze SECT 1 ganz und SECT 2: bis Count 3 und füge an:

LF langer Schritt nach links, RF an LF heranziehen (Slide)



Tanzbeschreibung von Margitta Rahnert am 28.05.2018

