

Dig Your Heels

Phrased, 4 Wall

Intermediate

Choreographie: Maddison Glover

Musik: Here's To You & I von The McClymonts

Hinweis: Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen

Sequenz: AB, AAA, AB, AAA, Tag, Tag*, AA, Tag

Part/Teil A

Kick, kick side, sailor step, kick, kick side, 1/4 turn l/coaster step

1-2 RF vor kicken - RF nach re kicken

3&4 RF hinter li kreuzen - Schritt nach li mit li und Gewicht zurück auf den RF

5-6 LF vor kicken - LF nach links kicken

7&8 1/4 Drehung li rum und Schritt zurück mit li (9 Uhr) - RF an li ransetzen und kleinen Schritt vor mit li

Shuffle forward r + l, rock forward, 1/2 turn r, 1/2 turn r

1&2 Schritt vor mit re - LF an re ransetzen und Schritt vor mit re

3&4 Schritt vor mit li - RF an li ransetzen und Schritt vor mit li

5-6 Schritt vor mit re, LF anheben - Gewicht zurück auf den LF

7-8 1/2 Drehung re rum und Schritt vor mit re - 1/2 Drehung re rum und Schritt zurück mit li

1/4 turn r/chassé r, cross, 1/8 turn l, chassé l, cross, 1/8 turn r

1&2 1/4 Drehung re rum und Schritt nach re mit re (12 Uhr) - LF an re ransetzen und Schritt nach re mit re

3-4 LF über re kreuzen - 1/8 Drehung li rum und Schritt zurück mit re (10:30)

5&6 Schritt nach li mit li - RF an li ransetzen und Schritt nach li mit li

7-8 RF über li kreuzen - 1/8 Drehung re rum und Schritt nach li mit li (12 Uhr)

Sailor step, 1/4 turn l/coaster step, touch forward, 1/2 turn l/flick, walk 2

1&2 RF hinter li kreuzen - Schritt nach li mit li und Gewicht zurück auf den RF

3&4 1/4 Drehung li rum und Schritt zurück mit li (9 Uhr) - RF an li ransetzen und kleinen Schritt vor mit li

5-6 Re Fußspitze vorn auf tippen - 1/2 Drehung li rum auf dem li Ballen/ RF nach hinten schnellen (3 Uhr)

7-8 2 Schritte vor (r - l)

Part/Teil B (immer Richtung 3 Uhr)

Step, cross-side-behind, behind-side-cross, rock side-cross, 1/4 turn l-1/4 turn l

1-2& Schritt vor mit re - LF im Kreis vor schwingen, über re kreuzen und Schritt nach re mit re

3-4& LF hinter re kreuzen - RF im Kreis zurück schwingen, hinter li kreuzen und Schritt nach li mit li

5-6& RF über li kreuzen - Schritt nach li mit li und Gewicht zurück auf den RF

7-8& LF über re kreuzen - ¼ Drehung li rum und Schritt zurück mit re sowie ¼ Drehung li rum und Schritt nach li mit li (9 Uhr)

Step, cross-side-behind, behind-side-cross, rock side-cross, ¼ turn l-¼ turn l
1-8& Wie Schrittfolge zuvor (3 Uhr)

Cross, back, side, hop forward

1-2 RF über li kreuzen - Schritt zurück mit li

3-4 Schritt nach re mit re - Mit beiden Füßen vor springen (Gewicht am Ende li)

Tag/Brücke (auf 'Dig Your Heels')

Heel-hitch-heel & heel-hitch-heel & ½ walk around turn l

1& Re Ferse vorn auftippen und re Knie etwas anheben

2& Re Ferse vorn auftippen und RF an li ransetzen

3& Li Ferse vorn auftippen und li Knie etwas anheben

4& Li Ferse vorn auftippen und LF an re ransetzen

5-8 4 Schritte auf einem ½ Kreis li rum, dabei klatschen und ein Geräusch machen (r - l - r - l) (6 Uhr/12 Uhr)

Jazz box with cross, Dwight swivels

1-2 RF über li kreuzen - Schritt zurück mit li

3-4 Schritt nach re mit re - LF über re kreuzen

5-6 Li Ferse nach re drehen/re Fußspitze neben LF auftippen, Knie nach innen -
Li Fußspitze nach re drehen/re Ferse neben LF auftippen, Knie nach außen

7-8 Wie 5-6

TS*: Dwight swivels (nur zusätzlich bei Tag*: 'come here boy and kiss my lips')

1-2 Li Ferse nach re drehen/re Fußspitze neben LF auftippen, Knie nach innen -
Li Fußspitze nach re drehen/re Ferse neben LF auftippen, Knie nach außen

3-4 Wie 1-2

Der Tanz beginnt von vorne. Kopf hoch und das Lächeln nicht vergessen!!!

Dancers