

Sailing

Choreograph: Jo & John Kinser (UK Mär 2006)
Beschreibung: 32 Count, 4 Wall, Beginner/Intermediate
Musik: **Sailing** – Rod Stewart (127 BPM)
Hinweis: Der Tanz beginnt mit dem Gesang beim Wort "Sailing"

SIDE, BACK ROCK-STEP, STEP ½ TURN R-STEP, STEP-LOCK-STEP, ROCK STEP-BACK

1,2+ LF Schritt nach links, RF Schritt zurück - LF etwas entlasten, Gewicht zurück auf LF
3, 4 RF Schritt vor, LF Schritt vor
+5 ½ Rechtsdrehung und RF Schritt vor, LF Schritt vor (6 Uhr)
6+7 RF Schritt vor, LF hinter RF einkreuzen, RF Schritt vor
(Option '6+7'; mit 2 Schritten eine ganze Linksdrehung ausführen (l - r), RF Schritt vor
8+1 LF Schritt vor - RF etwas entlasten, Gewicht zurück auf RF, LF Schritt zurück

SWEEP, SWEEP, SWEEP & CROSS, SIDE ROCK-CROSS, ¼ TURN L- ¼ TURN L-CROSS

2, 3 RF im Kreis zurück schwingen und absetzen, LF im Kreis zurück schwingen und absetzen
4+5 RF im Kreis zurück schwingen und hinter LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF vor LF kreuzen
6+7 LF Schritt nach links - RF etwas entlasten, Gewicht zurück auf RF, LF vor RF kreuzen
8+1 ¼ Linksdrehung RF Schritt zurück, ¼ Linksdrehung LF Schritt nach links, RF vor LF kreuzen (12 Uhr)

¼TURN R-¼TURN R-STEP, ROCK STEP-½ TURN R, ROCK STEP-½ L, ½ TURN L-½ TURN L-¼ TURN L

2+3 ¼ Rechtsdrehung und LF zurück, ¼ Rechtsdrehung und RF nach rechts, LF Schritt vor (6 Uhr)
4+5 RF Schritt vor - LF etwas entlasten, Gewicht zurück auf LF, ½ Rechtsdrehung und RF vor (12 Uhr)
6+7 LF Schritt vor - RF etwas entlasten, Gewicht zurück auf RF, ½ Linksdrehung und LF vor (6 Uhr)
8+1 Ganze Linksdrehung mit 2 Schritten (l - r), ¼ Linksdrehung und RF Schritt nach rechts (3 Uhr)
(Option '8+1': Walk, Walk, ¼ Turn L)

BACK ROCK-SIDE, BACK ROCK-SIDE, SWAY, SWAY, BACK ROCK

2+3 LF Schritt zurück - RF etwas entlasten, Gewicht zurück auf RF, LF Schritt nach links
4+5 RF Schritt zurück - LF etwas entlasten, Gewicht zurück auf LF, RF Schritt nach rechts
6, 7 Hüfte nach links schwingen, Hüfte nach rechts schwingen
8+ LF Schritt zurück - RF etwas entlasten, Gewicht zurück auf RF

Wiederholung bis zum Ende

Tag/Brücke: (am Ende der 4. Runde - 12 Uhr)

SWAY, SWAY

1, 2 Hüfte nach links schwingen, Hüfte nach rechts schwingen

Quelle: www.copperknob.co.uk