

Cardio Jive

Choreograph: Ike & Virginia Po (Sep 2011)
Beschreibung: 32 Count, 4 Wall, Beginner/Intermediate
Musik: **Every Little Thing** - Carlene Carter (149 BPM)
Hinweis: Der Tanz beginnt nach 16 Takten ab dem schweren Beat

TOE, HEEL, CROSS, TOE, HEEL, CROSS, BACK ROCK

1- 3 Rechte Fußspitze neben LF auftippen, rechte Ferse vorn auftippen, RF vor LF kreuzen
4- 6 Linke Fußspitze neben RF auftippen, linke Ferse vorn auftippen, LF vor RF kreuzen
7, 8 RF Schritt zurück - LF etwas entlasten, Gewicht zurück auf LF

TRIPLE STEP R, BACK ROCK, TRIPLE STEP ½ TURN R, BACK ROCK

1+2 Cha Cha nach rechts (r - l - r)
3, 4 LF Schritt zurück - RF etwas entlasten, Gewicht zurück auf RF
5+6 Cha Cha zurück - dabei eine ½ Rechtsdrehung ausführen (l - r - l) (6 Uhr)
7, 8 RF Schritt zurück - LF etwas entlasten, Gewicht zurück auf LF

BOOGIE WALK, TRIPLE STEP FWD, TRIPLE STEP FWD

1- 4 4 Schritte nach vor - dabei die Fußspitzen nach außen drehen (r - l - r - l)
5+6 Cha Cha nach vor (r - l - r)
7+8 Cha Cha nach vor (l - r - l)

KICK, KICK, SAILOR STEP, KICK, KICK, SAILOR ¼ TURN L

1, 2 RF nach vor kicken, RF zur Seite kicken
3+4 RF hinter LF kreuzen, LF an RF heransetzen, RF Schritt nach rechts
5, 6 LF nach vor kicken, LF zur Seite kicken
7+8 LF hinter RF kreuzen, RF an LF heransetzen, ¼ Linksdrehung und LF Schritt nach links (3 Uhr)

Wiederholung bis zum Ende

Tag/Brücke: (nach der 4. und 8. Runde - 12 Uhr)

JAZZ BOX

1, 2 RF vor LF kreuzen, LF Schritt zurück
3, 4 RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen

Quelle: www.copperknob.co.uk