

Shut Up And Dance

Choreograph: Alison Biggs & Peter Metelnick (UK März 2015)
Beschreibung: 48 Count, 4 Wall, Intermediate
Musik: **Shut Up And Dance** - Walk The Moon (128 BPM)
Hinweis: Der Tanz beginnt nach 8 Takten - 3min 17 sec

TRIPLE STEP FWD, STEP ½ TURN R, STEP, ½ L BACK, BACK, BACK

1+2 Cha Cha vor (r - l - r)
3, 4 LF Schritt vor - ½ Rechtsdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf RF (6 Uhr)
5, 6 LF Schritt vor, ½ Linksdrehung und RF Schritt zurück (12 Uhr)
7, 8 2 Schritte zurück (l - r)
(**Ende:** Der Tanz endet hier - 12 Uhr - zum Schluss linke Ferse vorn auftippen und Halten)

HEEL, HOLD, & HEEL, HOLD, BACK-CROSS, SIDE, SAILOR STEP

1, 2 Linke Ferse vorn auftippen, halten
+3,4 LF an RF heransetzen, rechte Ferse vorn auftippen, halten
+5,6 RF kleiner Schritt zurück, LF vor RF kreuzen, RF Schritt nach rechts
7+8 LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf LF

TOUCH BEHIND, ½ R UNWIND, CROSS, SIDE, TOUCH BEHIND, ¾ L, WALK, WALK

1, 2 RF hinter LF auftippen, ½ Rechtsdrehung und Gewicht auf RF (6 Uhr)
3, 4 LF vor RF kreuzen, RF Schritt nach rechts
5, 6 LF hinter RF kreuzen, ¾ Linksdrehung und Gewicht auf LF (9 Uhr)
7, 8 2 Schritte nach vor (r - l)
(**Restart:** in der 6. Runde - 9 Uhr - hier abrechnen und von vorn beginnen)

OUT-OUT, KNEE TWISTS-BACK-CROSS, SIDE, BEHIND-SIDE-CROSS

+1,2 RF kleiner Schritt nach rechts, LF kleiner Schritt nach links - rechtes Knie nach innen beugen
3, 4 Linkes Knie nach innen beugen, rechtes Knie nach innen beugen
+5,6 RF kleiner Schritt zurück, LF vor RF kreuzen, RF Schritt nach rechts
7+8 LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF vor RF kreuzen

SIDE, HOLD & SIDE, TOGETHER, ¼ TURN R, TOUCH, BACK, TOUCH

1,2+ RF Schritt nach rechts, halten, LF an RF heransetzen
3, 4 RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen
5, 6 ¼ Rechtsdrehung und RF Schritt vor, LF neben RF auftippen
7, 8 LF Schritt zurück, RF neben LF auftippen (12 Uhr)
(**Restart:** in der 3. Runde - 6 Uhr - hier abrechnen und von vorn beginnen)

KICK-BALL-CHANGE, STEP, POINT, TRIPLE STEP FWD, STEP ¼ TURN L

1+2 RF nach vor kicken, RF an LF heransetzen, Gewicht zurück auf LF
3, 4 RF Schritt vor, linke Fußspitze links auftippen
5+6 Cha Cha nach vor (l - r - l)
7, 8 RF Schritt vor - ¼ Linksdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf LF (9 Uhr)

Wiederholung bis zum Ende

Quelle: www.copperknob.co.uk