RUN !!! (de)



Count: 32 Wand: 4 Ebene: Improver

Choreograf/in: Alexandra Schmitt (DE) - Mai 2021

Musik: Run - OneRepublic



Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen mit dem Einsatz des Gesangs.

S1: Walk, Walk, Shuffle Forward, Rock Forward, Shuffle Back	
1-2	Schritt nach vorn mit rechts (1) - Schritt nach vorn mit links (2)
3&4	Schritt nach vorn mit rechts (3) - Linken Fuß an rechten heransetzen (&) und Schritt nach vorn mit rechts (4)
5-6	Schritt nach vorn mit links (5) - Gewicht zurück auf den rechten Fuß (6)
7&8	Schritt nach hinten mit links (7) - Rechten Fuß an linken heransetzen (&) und Schritt nach hinten mit links (8)
S2: Rocking Chair, ½ Turn R, Step, Pivot ¼ R, Cross	
1-2	Schritt nach hinten mit rechts (1) - Gewicht zurück auf den linken Fuß (2)
3-4	Schritt nach vorne mit rechts (3) - Gewicht zurück auf den linken Fuß (4)
5-6	½ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts (5) (6:00) - Schritt nach vorn mit links (6)
7-8	¼ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (7) (9:00) - Linken Fuß über rechten kreuzen (8)
S3: Chasse R, Side/Sways, Chasse L, Rock Back	
1&2	Schritt nach rechts mit rechts (1) - Linken Fuß an rechten heransetzen (&) und Schritt nach rechts mit rechts (2)
3-4	Schritt nach links mit links/Hüften nach links schwingen (3) - Hüften nach rechts schwingen (4)
5&6	Schritt nach links mit links (5) - Rechten Fuß an linken heransetzen (&) und Schritt nach links mit links (6)
7-8	Schritt nach hinten mit rechts (7) - Gewicht zurück auf den linken Fuß (8)
S4: Shuffle Forward Turning ½ L, Shuffle Back, Rock Back, ½ Turn L, ½ Turn L	
1&2	1/4 Drehung links herum und Schritt nach rechts mit rechts (1) - Linken Fuß an rechten heransetzen (&), 1/4 Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit rechts (2) (3:00)
3&4	Schritt nach hinten mit links (3) - Rechten Fuß an linken heransetzen (&) und Schritt nach hinten mit links (4)
5-6	Schritt nach hinten mit rechts (5) - Gewicht zurück auf den linken Fuß (6)
7-8	$\frac{1}{2}$ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts (7) (9:00) - $\frac{1}{2}$ Drehung links herum und Schritt nach vorne mit links (8) (3:00)

Wiederholung bis zum Ende

Last Update - 24 May 2021