No Frost (de)

Count: 96 **Wall:** 2 **Level:** Phrased Intermediate
Choreographer: Josep Perez (DE) & Jordi Bosser (DE) - Mai 2024
Music: Lil' Digger - Keith Urban

Teil A

Section 1 Step, Lock, Step, Scuff, Jazz Box Jump, Stomp

1 - 2	RF nach von stellen, LF hinter RF kreuzen
3 - 4	RF nach vorn stellen, Li Ferse nach vorn über dn Boden streifen
5 - 6	LF über RF kreuzen, RF nach hinten stellen (Gesprungen)
7 - 8	LF nach li stellen, RF nach vorn Stampfen

Section 2 Twist, Toe Strut ½ Turn R, Toe Strut ½ Turn R

1 - 2	Beide Fersen nach re. drehen, und wieder zurück
3 - 4	Beide Fersen nach re. drehen, und wieder zurück
5 - 6	Re. Fußspitze nach hinten auftippen, ½ Drehung re. RF abstellen
7 - 8	Li. Fußspitze nach vorn auftippen, ½ Drehung re. LF abstellen

Section 3 Slow Coaster Step, Scuff, Scoot&Hitch 2x, Stomp, Hold

1 - 2	RF nach hinten stellen, LF an RF heranstellen
3 - 4	RF nach vorn stellen, li. Ferse nach vorn über den Boden streifen
5 - 6	Re. Knie anwinkeln und über RF nach vorn rutschen 2x
7 - 8	LF nach vorn aufstampfen, einen Count halten

Section 4 Pivot ½ Turn R 2x, Heel, Step, Heel, Step

1 - 2	RF nach vorn stellen, über beide Ballen eine ½ Drehung li. LF abstellen
3 - 4	RF nach vorn stellen, über beide Ballen eine ½ Drehung li. LF abstellen
5 - 6	Re. Ferse nach vorn auftippen, RF kleiner Schritt vor
7 - 8	Li. Ferse nach vorn auftippen, LF kleiner Schritt vor

Section 5 Side Point, Step Back, Side Point, Close, RF Kick-Stomp-Flick-Stomp

1 - 2	RF nach re. auftipen, RF nach hinten stellen
3 - 4	LF nach li. auftippen, LF neben RF stellen
5 - 6	RF nach vorn kicken, RF neben LF aufstampfen
7 - 8	RF nach hinten anwinkeln, RF neben LF aufstampfen

Section 6 Traveling Twist R, Hold, Traveling Twist L, Hold

1 - 2	Beide Fersen nach re. drehen, beiden Fußspitzen nach re. drehen
3 - 4	Beide Fersen nach re. drehen, einen Count halten
5 - 6	Beide Fersen nach li. drehen, beiden Fußspitzen nach li. drehen
7 - 8	Beide Fersen nach li. drehen, einen Count halten

Section 7 Grapevine R, Point R, ½ Turn L, Stomp R, Stomp L Together, Hold

1 - 2	Über re. Ferse einen Schritt nach re., LF hinter RF kreuzen
3 - 4	RF nach re. stellen, li. Fußspitze nach li. auftippen
5 - 6	½ li. Drehung über li. Ballen, RF nach vorn aufstampfen
7 - 8	LF neben RF aufstampfen, einen Count halten

Section 8 Cross&Hook, Kick, Cross&Hook, Kick, &, Kick L, &, Kick R, Stomp Hold

1 - 2	Sprung RF über LF kreuzen dabei li. Bein anwinkeln, Sprung auf LF und RF nach vorn Kicken
3 - 4	Sprung RF über LF kreuzen dabei li. Bein anwinkeln, Sprung auf LF und RF nach vorn Kicken

5 - 6	Sprung auf RF und LF nach vorn kicken, Sprung auf LF und RF nach vorn kicken
7 - 8	RF neben LF aufstampfen, einen Count halten

Teil B
Section 1 RF Kick, Stomp, Flick, Stomp, LF Kick, Stomp, Flick, Stomp

1 - 2	RF nach vorn kicken, RF neben LF aufstampfen
3 - 4	RF nach hinten anwinkeln, RF neben LF aufstampfen
5 - 6	LF nach vorn kicken, LF neben RF aufstampfen
7 – 8	LF nach hinten anwinkeln, LF neben RF aufstampfen

Section 2 Kick, Hook, Kick, Toe Back, ½ Turn R, Kick, Stomp, Kick, Stomp

1 - 2	RF nach vorn kicken, RF vor LF anwinkeln
3 - 4	RF nach vorn kicken, re. Fußspitze nach hinten auftippen und ½ Drehung re.
5 - 6	LF nach vorn kicken, LF neben RF aufstampfen
7 - 8	RF nach vorn kicken, RF neben LF aufstampfen

Section 3 Wiederholung Section 1 aus B Teil

Section 4 Wiederholung Section 2 aus B Teil

Brücke/ Tag
Side Point, Sep Back R-L-R-L, Diagonal Step, Slide, Diagonal Step, Slide

1 - 2	Re. Fußspitze nach re. auftippen, RF nach hinten stellen.
3 - 4	Li. Fußspitze nach li. auftippen, LF nach hinten stellen
5 - 6	Re. Fußspitze nach re. auftippen, RF nach hinten stellen
7 - 8	Li. Fußspitze nach li. auftippen, LF nach hinten stellen
9 -10	RF diagonal nach vorn stellen
11 – 12	LF heranziehen und abstellen
13 – 14	RF diagonal nach vorn stellen
15 – 16	LF heranziehen und abstellen

Tanzablauf: A / B / A bis Sec. 7 / Brücke / A / B / A bis Sec. 7/ Brücke / A / B / A bis Sec. 7/ A bis Sec. 7/ A bis Sec. 7/ Ending RF stomp 2x nach vorn
Viel Spaß beim üben

www.linedance-berlin.info