Come on, Get with it! (de)

拍数: 32 **墙数:** 4 **级数:** Beginner

编舞者: Ursula Traffelet (CH) - November 2020

音乐: That's Rock 'n' Roll - Billie Joe Armstrong : (Album: That's Rock 'n' Roll)

Dance starts directly

[1-8] Elvis Knees

1,2	RKnie nach innen drehen, Gewicht ist links, Warten
3,4	Gewicht nach rechts und LKnie nach innen drehen, Warten
5,6	Gewicht nach links und RKnie nach innen drehen, Gwicht nach rechts und LKnie nach innen
7,8	Gewicht zurück auf links und RKnie nach innen, Warten

[9-16] Grapevine right, Grapevine left ¼ turn left, brush

1,2	RF Schritt nach rechts, LF Schritt diagonal hinter RF
3,4	RF Schritt nach rechts, LF berührt den Boden neben RF
5,6	LF Schritt links, RF Schritt diagonal hinter LF
7,8	LF Schritt mit ¼ Drehung nach links, brush RF

[17-24] R Triple Fwd, ½ Step Turn, ½ Triple Turn l, Rock back r

1&2	RF Schritt vorwärts, LF Schritt zusammen, RF Schritt vorwärts (09:00)
3,4	LF Schritt vorwärts, ½ Drehung rechts (Gewicht auf RF) (03:00)
5&6	LF Schritt vorwärts ¼Drehung rechts, RF Schritt zusammen ¼Drehung rechts, LF Schritt zurück
7,8	RF Schritt zurück, Gewicht wieder auf links (09:00)

[25-32] R Step Turn, Step Turn, Rock Step side, Back step

1,2	RF Schritt ½ Drehung links (Gewicht auf LF)
3,4	RF Schritt ½ Drehung links (Gewicht auf LF)
5,6	RF Gewicht auf rechts, Gewicht wieder zurück auf LF
7,8	RF Gewicht zurück, Gewicht wieder zurück auf LF

Start again and enjoy the dance

Ursula Traffelet - ursula.traffelet@gmx.ch - http://www.countrydance.ch