

# Aloha Heja He (de)

拍數: 96      牆數: 2      級數: Phrased High Improver  
編舞者: Maria Nix (DE) - Februar 2022  
音樂: Aloha Heja He - Achim Reichel : (Album: Melancholie und Sturmflut)



Hinweis: Der Tanz beginnt nach 32 Taktschlägen, einen Takt vor Einsatz des Gesanges

## PART A - 64 count:

### S1: Side step r, behind side ¼ turn, shuffle, step ¼ turn, shuffle across

- 1-2            Schritt nach rechts mit rechts, LF hinter RF setzen  
3&4           Schritt mit rechts mit ¼ Drehung nach rechts auf 3 Uhr, LF an RF heransetzen und Schritt nach vorne mit rechts  
5-6           Schritt nach vorne mit links, ¼ Drehung nach rechts auf 6 Uhr mit Gewicht auf RF  
7&8           LF mit Gewicht vor RF gekreuzt absetzen, RF an LF heransetzen, LF vor RF gekreuzt absetzen

### S2: R/L Side rock, behind side cross, side rock, behind side cross

- 1-2           Schritt seitwärts mit Gewicht auf rechts, LF verbleibt am Platz, Gewicht zurück auf LF  
3&4           RF hinter LF kreuzen, LF neben RF absetzen, RF vor LF kreuzen  
5-6           Schritt seitwärts mit Gewicht auf links, RF verbleibt am Platz, Gewicht zurück auf RF  
7&8           LF hinter RF kreuzen, RF neben LF absetzen, LF vor RF kreuzen

### S3: Step, lock, step lock step r/l

- 1-2           Schritt nach vorne mit rechts, LF dicht hinter RF gekreuzt absetzen  
3&4           Schritt nach vorne mit rechts, LF dicht hinter RF gekreuzt absetzen, Schritt nach vorne mit rechts  
5-6           Schritt nach vorne mit links, RF dicht hinter LF gekreuzt absetzen  
7&8           Schritt nach vorne mit links, RF dicht hinter LF gekreuzt absetzen, Schritt nach vorne mit links

### S4: Rock step, shuffle ½ turn rechts, coaster cross

- 1-2           Schritt vorwärts mit Gewicht auf RF, LF verbleibt am Platz, Gewicht zurück auf LF  
3&4           Schritt mit rechts mit ½ Drehung nach rechts auf 12 Uhr, LF an RF heransetzen und Schritt nach vorne mit rechts  
5-6           Schritt vorwärts mit Gewicht auf LF, RF verbleibt am Platz, Gewicht zurück auf LR  
7&8           Schritt nach hinten mit links, RF neben LF setzen, Schritt nach vorne mit LF

### S5: Side, close, chasse rechts, rock across, chasse links

- 1-2           Schritt nach rechts mit rechts, LF an RF heransetzen  
3&4           Dreierschritt seitwärts nach rechts (rechts-links-rechts)  
5-6           LF über RF kreuzen, Gewicht zurück auf LF  
7&8           Dreierschritt seitwärts nach links (links-rechts-links)

### S6: Cross side behind, step ¼ turn pivot, shuffle forward

- 1-2           RF vor LF kreuzen, LF an RF heransetzen  
3-4           RF hinter LF kreuzen, Schritt mit links mit einer ¼ Drehung nach links auf 9 Uhr  
5-6           Schritt vor mit rechts, ½ Drehung auf beiden Ballen nach links auf 3 Uhr  
7&8           Schritt nach vorne mit rechts, LF an RF heransetzen, Schritt nach vorne mit rechts

### S7: Rock step, ¼ turn, chasse l, rock across, chasse r

- 1-2           Schritt vorwärts mit Gewicht auf LF, RF verbleibt am Platz, Gewicht zurück auf RF  
3&4           Dreierschritt seitwärts nach links (links-rechts-links) mit ¼ Drehung nach links  
5-6           RF über linken kreuzen, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den LF

7&8 Dreierschritt seitwärts nach rechts (rechts-links-rechts)

**S8: Rock across, chasse left, jazzbox**

- 1-2 LF über RF kreuzen, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF
- 3&4 Dreierschritt seitwärts nach links (links-rechts-links)
- 5-8 RF vor LF kreuzen, LF rückwärts setzen, RF seitlich neben LF setzen, LF schließen

**PART B - 32 count**

**Nach der 2. und 3. Runde auf 12 Uhr; nach der 5. Runde auf 6 Uhr; ab 5. Runde wiederholen bis zum Schluss.**

**S1: Step, ½ turn links, step halber turn rechts, dabei beide Hände im Takt vor dem Körper von rechts nach links mitschwingen lassen**

- 1-2 Schritt mit rechts nach vorne, Arme vor dem Körper nach rechts schwingen
- 3-4 ½ Drehung auf beiden Ballen nach links auf 6 Uhr, Arme vor dem Körper nach links schwingen
- 5-6 Schritt mit rechts nach vorne, Arme vor dem Körper nach rechts schwingen
- 7-8 ½ Drehung auf beiden Ballen nach links auf 12 Uhr, Arme vor dem Körper nach links schwingen

**S2: Grapevine, rolling vine**

- 1-4 Schritt nach rechts mit rechts, LF hinter RF kreuzen, Schritt nach rechts mit rechts, LF neben dem RF auftippen
- 5-8 3 Schritte in Richtung nach links, dabei eine volle Umdrehung links herum ausführen (links-rechts-links), RF neben dem linken auftippen

**S3: Wiederholung von S1**

**S4: Wiederholung von S2**

**Tag/Brücke**

**nach der 1. Runde - 8 count**

**Side touch (4 x)**

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts, LF neben dem RF auftippen, dabei ¼ Drehung nach links auf 9 Uhr
- 3-4 Schritt nach vorn mit rechts, LF neben dem RF auftippen, dabei ¼ Drehung nach links auf 6 Uhr
- 5-6 Schritt nach vorn mit rechts, LF neben dem RF auftippen, dabei ¼ Drehung nach links auf 3 Uhr
- 7-8 Schritt nach vorn mit rechts, LF neben dem RF auftippen, dabei ¼ Drehung nach links auf 12 Uhr

**nach der 2. Runde - 8 count**

**Jazzbox, Drag**

- 1-4 RF vor LF kreuzen, LF rückwärts setzen, RF seitlich neben LF setzen, LF schließen
- 5-8 langer seitlicher Schritt nach rechts mit rechts, LF an RF schließen

**nach der 3. und 4. Runde - 4 count**

**Drag**

- 1-4 langer seitlicher Schritt nach rechts mit rechts, LF an RF schließen

**Restart: In der 4. Runde nach 16 counts auf 6 Uhr**

---