Overcoming (de)

拍數: 32 **牆數:** 4 **級數:** Improver
編舞者: Silvia Schill (DE) - April 2023
音樂: Getting Over You Thing - Sophia Scott & Zack Dyer

Der Tanz beginnt nach 36 Taktschlägen mit dem Einsatz des Gesangs.

S1: Step, touch behind, back, kick, coaster step, hold

1-2	Schritt nach vorn mit rechts - Linke Fußspitze hinter rechtem Fuß auftippen
3-4	Schritt nach hinten mit links - RF nach vorn kicken
5-6	Schritt nach hinten mit rechts - LF an rechten heransetzen
7-8	Schritt nach vorn mit rechts - Halten

S2: Step, pivot ½ r, ¼ turn r, flick behind, ¼ turn l, hook, step, brush

1-2	Schritt nach vorn mit links - ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (6 Uhr)
3-4	¼ Drehung rechts herum und Schritt nach links mit links - RF hinter linkem Bein anheben (9 Uhr)
5-6	¼ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts - LF vor rechtem Schienbein anheben und kreuzen (6 Uhr)
7-8	Schritt nach vorn mit links - RF nach vorn schwingen

S3: Toe strut forward r + l, rock forward, ¼ turn r, hold

1-2	Schritt nach vorn mit rechts, nur die Fußspitze aufsetzen - Rechte Hacke absenken
3-4	Schritt nach vorn mit links, nur die Fußspitze aufsetzen - Linke Hacke absenken
5-6	Schritt nach vorn mit rechts - Gewicht zurück auf den LF
7-8	¼ Drehung rechts herum und Schritt nach rechts mit rechts - Halten (9 Uhr)

Restart: In der 6. Runde - Richtung 6 Uhr - nach '7' abbrechen, auf '8': 'LF an rechten heransetzen' und von vorn beginnen

S4: Cross, side, heel, close, rocking chair

1-2	LF über rechten kreuzen - Kleinen Schritt nach rechts mit rechts
3-4	Linke Hacke schräg links vorn auftippen - LF an rechten heransetzen
5-6	Schritt nach vorn mit rechts - Gewicht zurück auf den LF
7-8	Schritt nach hinten mit rechts - Gewicht zurück auf den LF

Wiederholung bis zum Ende