

Express



Level: Contra Line Dance / 40 Counts
Musik: „Fishing In The Dark“ von Nitty Gritty Dirt Band
„Shooter“ von Rednex

- Sekt. Counts **Heel Splits, Heel –Cross-Heel, Step (Tap)**
- 1 1 - 2 Beide Hacken auseinander drehen und wieder zusammen
3 - 6 Rechter Hacken nach vorne, vor dem linken Schienbein gekreuzt anhebn, rechter Hacken wieder nach vorne und rechtes Bein wieder zurückstellen
7 - 8 Beide Hacken auseinander und wieder zusammen
9 - 12 Linker Hacken nach vorne, linker Fuß kreuzt vor dem rechten Schienbein, linker Hacken wieder nach vorne und linke Fußspitze nach hinten auftippen
- Steps Forward, Kick & Clap, Steps Back**
- 2 1 - 4 Mit dem LF einen Schritt nach vorne, RF nach vorne, LF nach vorne, mit dem RF einen Kick nach vorne und Clap
5 - 8 Mit dem Rf einen Schritt zurück, LF zurück, RF zurück, LF neben dem RF abstellen
- Kick Shoulder Forward, Kick Shoulder Back**
- 3 1 - 2 Mit dem LF einen kleinen Schritt nach vorne dabei zweimal mit der Schulter wippen (Gewicht ist links)
3 - 4 Gewicht wechselt auf den RF zurück und dabei zweimal mit der rechten Schulter wippen
- Shuffle ¼ Turn Left, Brush, Grapevine Right, ¾ Turn Right**
- 4 1 - 4 Mit links beginnend einen Shuffle nach vorn dann eine ¼ Drehung nach links und mit dem RF einen Brush
5 - 8 Grapevine nach rechts mit einer ¾ Drehung nach rechts, mit dem LF einen Brush
- Charleston Steps, Stomps**
- 5 1 - 4 Den LF am Platz abstellen, rechten Hacken nach vorne tippen, RF zurückstellen, linke Fußspitze nach hinten auftippen
5 - 6 Den LF zurück stellen, rechten Hacken nach vorne auftippen
7 - 8 Stomp mit dem RF, Stomp mit dem LF

Dann beginnt der Tanz von vorn.
Viel Spaß und Lächeln nicht vergessen!