GRUNDBEGRIFFE UND -SCHRITTE

Coaster steps:

Beginnend mit rechts
1&2 Schritt zurück mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit rechts

Beginnend mit links
1&2 Schritt zurück mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit links

Heel switches:

Beginnend mit rechts
1 Rechte Hacke vorn auftippen
&2 Rechten Fuß an linken heransetzen und linke Hacke vorn auftippen
&3 Linken Fuß an rechten heransetzen und rechte Hacke vorn auftippen

Beginnend mit links
1 Linke Hacke vorn auftippen
&2 Linken Fuß an rechten heransetzen und rechte Hacke vorn auftippen
&3 Rechten Fuß an linken heransetzen und linke Hacke vorn auftippen

Hook combinations:

Beginnend mit rechts
1-2 Rechte Hacke vorn auftippen - Rechten Fuß anheben und vor linkem Schienbein kreuzen
3-4 Rechte Hacke vorn auftippen - Rechten Fuß an linken heransetzen

Beginnend mit links
1-2 Linke Hacke vorn auftippen - Linken Fuß anheben und vor rechtem Schienbein kreuzen
3-4 Linke Hacke vorn auftippen - Linken Fuß an rechten heransetzen

Jazz boxes:

Beginnend mit rechts
1-2 Rechten Fuß über linken kreuzenSchritt zurück mit links -
3-4 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen

Beginnend mit links
1-2 Linken Fuß über rechten kreuzen - Schritt zurück mit rechts
3-4 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen

Paradise of Horses Line Dancer

Kick-ball-changes:

Beginnend mit rechts
1&2 Rechten Fuß nach vorn kicken - Rechten Fuß an linken heransetzen und Gewicht auf den linken Fuß verlagern

Beginnend mit links
1&2 Linken Fuß nach vorn kicken - Linken Fuß an rechten heransetzen und Gewicht auf den rechten Fuß verlagern

Monterey turns:

Beginnend mit rechts
1-2 Rechte Fußspitze rechts auftippen - ½ Drehung rechts herum und rechten Fuß an linken heransetzen (6 Uhr)
3-4 Linke Fußspitze links auftippen - Linken Fuß an rechten heransetzen

Step, pivot ½/¼:

Beginnend mit rechts
1-2 Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (6 Uhr)
1-2 Schritt nach vorn mit rechts - ¼ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (9 Uhr)

Beginnend mit links
1-2 Schritt nach vorn mit links - ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (6 Uhr)
1-2 Schritt nach vorn mit links - ¼ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (3 Uhr)

Rock steps:

Rock forward, rock back, rock side: beginnend mit rechts
1-2 Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
1-2 Schritt zurück mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
1-2 Schritt nach rechts mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß

Rock forward, rock back, rock side: beginnend mit links
1-2 Schritt nach vorn mit links, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
1-2 Schritt zurück mit links, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
1-2 Schritt nach links mit links, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß

Sailor shuffles:

Beginnend mit rechts
1&2 Rechten Fuß hinter linken kreuzen - Schritt nach links mit links und Gewicht zurück auf den rechten Fuß

Beginnend mit links
1&2 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts und Gewicht zurück auf den linken Fuß

Shuffles:

Shuffle forward, shuffle back: beginnend mit rechts
1&2 Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß bis an die rechte Hacke heranziehen und Schritt nach vorn mit rechts
1&2 Schritt zurück mit rechts - Linken Fuß bis an die rechte Fußspitze heranziehen und Schritt zurück mit rechts

Chassé (= shuffle zur Seite): beginnend mit rechts
1&2 Schritt nach rechts mit mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit mit rechts

Paradise of Horses
Line Dancer

Crossing shuffle: beginnend mit rechts
1 Rechten Fuß weit über linken kreuzen
&2 Linken Fuß etwas an rechten herangleiten lassen und rechten Fuß weit über linken kreuzen

Shuffle forward, shuffle back: beginnend mit links
1&2 Schritt nach vorn mit links - Rechten Fuß bis an die linke Hacke heranziehen und Schritt nach vorn mit links
1&2 Schritt zurück mit links - Rechten Fuß bis an die linke Fußspitze heranziehen und Schritt zurück mit links

Chassé (= shuffle zur Seite): beginnend mit links
1&2 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links

Crossing shuffle: beginnend mit links
1 Linken Fuß weit über rechten kreuzen
&2 Rechten Fuß etwas an linken herangleiten lassen und linken Fuß weit über rechten kreuzen

Struts:

Heel strut
1-2 Schritt nach vorn mit rechts, nur die Hacke aufsetzen - Rechte Fußspitze absenken
3-4 Schritt nach vorn mit links, nur die Hacke aufsetzen - Linke Fußspitze absenken

Toe strut
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

Toe switches:

Beginnend mit rechts
1 Rechte Fußspitze rechts auftippen
&2 Rechten Fuß an linken heransetzen und linke Fußspitze links auftippen
&3 Linken Fuß an rechten heransetzen und rechte Fußspitze rechts auftippen

Beginnend mit links
1 Linke Fußspitze links auftippen
&2 Linken Fuß an rechten heransetzen und rechte Fußspitze rechts auftippen
&3 Rechten Fuß an linken heransetzen und linke Fußspitze links auftippen

Vines (Grapevines)

Beginnend mit rechts
1-2 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß hinter rechten kreuzen
3-4 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß neben rechtem auftippen

Beginnend mit links
1-2 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß hinter linken kreuzen
3-4 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß neben linkem auftippen

Paradise of Horses
Line Dancer

VIEL SPASS BEIM ÜBEN WÜNSCHT
DAS POH TEAM!