

## Dig Your Heels

Phrased, 4 Wall

Intermediate

Choreographie: Maddison Glover

Musik: Here's To You & I von The McClymonts

**Hinweis:** Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen

**Sequenz:** AB, AAA, AB, AAA, Tag, Tag\*, AA, Tag

### Part/Teil A

***Kick, kick side, sailor step, kick, kick side, ¼ turn l/coaster step***

**1-2** RF vor kicken - RF nach re kicken

**3&4** RF hinter li kreuzen - Schritt nach li mit li und Gewicht zurück auf den RF

**5-6** LF vor kicken - LF nach links kicken

**7&8** ¼ Drehung li rum und Schritt zurück mit li (9 Uhr) - RF an li ransetzen und kleinen Schritt vor mit li

***Shuffle forward r + l, rock forward, ½ turn r, ½ turn r***

**1&2** Schritt vor mit re - LF an re ransetzen und Schritt vor mit re

**3&4** Schritt vor mit li - RF an li ransetzen und Schritt vor mit li

**5-6** Schritt vor mit re, LF anheben - Gewicht zurück auf den LF

**7-8** ½ Drehung re rum und Schritt vor mit re - ½ Drehung re rum und Schritt zurück mit li

***¼ turn r/chassé r, cross, ¼ turn l, chassé l, cross, ¼ turn r***

**1&2** ¼ Drehung re rum und Schritt nach re mit re (12 Uhr) - LF an re ransetzen und Schritt nach re mit re

**3-4** LF über re kreuzen - ¼ Drehung li rum und Schritt zurück mit re (10:30)

**5&6** Schritt nach li mit li - RF an li ransetzen und Schritt nach li mit li

**7-8** RF über li kreuzen - ¼ Drehung re rum und Schritt nach li mit li (12 Uhr)

***Sailor step, ¼ turn l/coaster step, touch forward, ½ turn l/flick, walk 2***

**1&2** RF hinter li kreuzen - Schritt nach li mit li und Gewicht zurück auf den RF

**3&4** ¼ Drehung li rum und Schritt zurück mit li (9 Uhr) - RF an li ransetzen und kleinen Schritt vor mit li

**5-6** Re Fußspitze vorn auftippen - ½ Drehung li rum auf dem li Ballen/ RF nach hinten schnellen (3 Uhr)

**7-8** 2 Schritte vor (r - l)

### Part/Teil B (immer Richtung 3 Uhr)

***Step, cross-side-behind, behind-side-cross, rock side-cross, ¼ turn l-¼ turn l***

**1-2&** Schritt vor mit re - LF im Kreis vor schwingen, über re kreuzen und Schritt nach re mit re

**3-4&** LF hinter re kreuzen - RF im Kreis zurück schwingen, hinter li kreuzen und Schritt nach li mit li

**5-6&** RF über li kreuzen - Schritt nach li mit li und Gewicht zurück auf den RF

**7-8&** LF über re kreuzen - ¼ Drehung li rum und Schritt zurück mit re sowie ¼ Drehung li rum und Schritt nach li mit li (9 Uhr)

**Step, cross-side-behind, behind-side-cross, rock side-cross, ¼ turn l-¼ turn l**  
**1-8&** Wie Schrittfolge zuvor (3 Uhr)

**Cross, back, side, hop forward**

**1-2** RF über li kreuzen - Schritt zurück mit li

**3-4** Schritt nach re mit re - Mit beiden Füßen vor springen (Gewicht am Ende li)

**Tag/Brücke** (auf 'Dig Your Heels')

**TS1: Heel-hitch-heel & heel-hitch-heel & ½ walk around turn l**

**1&** Re Ferse vorn auftippen und re Knie etwas anheben

**2&** Re Ferse vorn auftippen und RF an li ransetzen

**3&** Li Ferse vorn auftippen und li Knie etwas anheben

**4&** Li Ferse vorn auftippen und LF an re ransetzen

**5-8** 4 Schritte auf einem ½ Kreis li rum, dabei klatschen und ein Geräusch machen (r - l - r - l) (6 Uhr/12 Uhr)

**TS2: Jazz box with cross, Dwight swivels**

**1-2** RF über li kreuzen - Schritt zurück mit li

**3-4** Schritt nach re mit re - LF über re kreuzen

**5-6** Li Ferse nach re drehen/re Fußspitze neben LF auftippen, Knie nach innen -  
Li Fußspitze nach re drehen/re Ferse neben LF auftippen, Knie nach außen

**7-8** Wie 5-6

**TS\*: Dwight swivels** (nur zusätzlich bei Tag\*: 'come here boy and kiss my lips')

**1-2** Li Ferse nach re drehen/re Fußspitze neben LF auftippen, Knie nach innen -  
Li Fußspitze nach re drehen/re Ferse neben LF auftippen, Knie nach außen

**3-4** Wie 1-2

**Der Tanz beginnt von vorne. Kopf hoch und das Lächeln nicht vergessen!!!**

**Dancers**