

Sixteen Step

24 count / 1 wall

Polonaise / Beginner

Choreographie: unbekannt

Musik: Jede Polka Diverse Interpreten

- 1 – 2** re Ferse diagonal nach vorn auftippen und wieder neben LF auftippen
3 – 4 re Ferse diagonal nach vorn auftippen und neben LF absetzen (Gewicht jetzt auf RF)
5 – 6 li Ferse diagonal nach vorn auftippen, neben RF absetzen (Gewicht LF)
7 – 8 re Fußspitze hinter LF tippen, neben LF absetzen (Gewicht RF)

(einen Knicks machen, die Herren tippen dabei an die Hutkrempe, die Damen nicken mit dem Kopf)

- 9 – 10** li Ferse diagonal nach vorn auftippen und neben RF absetzen (Gewicht LF)
11 – 12 mit dem RF 2 x aufstampfen (Gewicht bleibt auf LF)
13 – 14 RF vor und auf den Fußballen $\frac{1}{2}$ Li-Drehung (dabei Gewicht auf LF verlagern)
15 – 16 RF vor und auf den Fußballen $\frac{1}{2}$ Li-Drehung (dabei Gewicht auf LF verlagern)
17 – 20 re Shuffle (RF vor, LF an RF setzen, RF vor)
li Shuffle (LF vor, RF an LF setzen, LF vor)
21 – 24 re Shuffle (RF vor, LF an RF setzen, RF vor)
li Shuffle (LF vor, RF an LF setzen, LF vor)

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

Dancers