

Lightning Polka

Choreograaf : Peter Metelnick
Type dans : Four wall line dance
Niveau : novice
Tellen : 32
BMP : 144 (*polka*)
Muziek : "Sin Wagon" Dixie Chicks (CD: FLY)

RIGHT SIDE ROCK & RECOVER, RIGHT BEHIND, LEFT TO LEFT SIDE, RIGHT CROSS OVER, LEFT SIDE ROCK & RECOVER, LEFT SAILOR STEP

1 RV rock rechts opzij
2 LV gewicht terug
3 RV kruis achter
& LV stap opzij
4 RV kruis over

5 LV rock opzij
6 RV gewicht terug
7 LV kruis achter
& RV stap opzij
8 LV stap voor

RIGHT FORWARD SHUFFLE, LEFT FORWARD, ½ RIGHT PIVOT TURN, LEFT, RIGHT, LEFT HEEL SWITCHES, LEFT CROSS OVER TOE TOUCH

9 RV stap voor
& LV sluit
10 RV stap voor
11 LV stap voor
12 ½ draai rechtsom

13 LV tik hak voor
& LV sluit
14 RV tik hak voor
& RV sluit
15 LV tik hak voor
16 LV tik teen gekruist over

LEFT FORWARD SHUFFLE, RIGHT FORWARD, ½ LEFT PIVOT TURN, RIGHT & LEFT HEEL SWITCHES, RIGHT STOMP, ¼ RIGHT & KICK

17 LV stap voor
& RV sluit
18 LV stap voor
19 RV stap voor
20 ½ draai linksom

21 RV tik hak voor
& RV sluit
22 LV tik hak voor
& LV sluit
23 RV stomp up
24 LV op bal van de voet ¼ draai rechtsom, RV kick voor

RIGHT BACK COASTER STEP, LEFT FORWARD SHUFFLE, RIGHT FORWARD, ½ LEFT PIVOT TURN FORWARD 2 (OR SPIN)

25 RV stap achter
& LV sluit
26 RV stap voor
27 LV stap voor
& RV sluit
28 LV stap voor

29 RV stap voor
30 ½ draai linksom
31 RV stap voor
32 LV stap voor

Optie

31 RV stap voor, ½ draai linksom
32 LV stap achter, ½ draai linksom

Het nummer: "Sin Wagon"

In het midden van het nummer hoor je even geen beat. Blijf hier door dansen. Aan het eind van het nummer gebeurt hetzelfde. Dan dans je na de eerste 8 tellen een stomp met je rechtervoet voor en eindig met een rust