

Lightning Polka



32 Count

4 wall

Intermediate

03/2013

Choreographie :

Peter Metelnick

06/2008

Musik :

Little Bird
Sin Wagon
I Want You To Want Me
Ghost Riders In The Sky

Sherrie Austin
Dixie Chicks
Jim Witter
Ned Sublette

1 Side Rock, Behind, Side, Cross, Side Rock, Sailor Step

- 1, 2 RF Schritt nach rechts (LF etwas anheben), Gewicht zurück auf den LF
3 + 4 RF hinter dem LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF vor dem LF kreuzen
5, 6 LF Schritt nach links (RF etwas anheben), Gewicht zurück auf den RF
7 + 8 LF hinter dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf den LF

2 Shuffle, Step 1/2 Turn, Heel Switches, Cross Touch (Option : Hook)

- 1 + 2 RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
3, 4 LF Schritt nach vorn, 1/2 Rechtsdrehung auf beiden Ballen (Gewicht auf RF)
5 + Linke Ferse vorne auftippen, LF an RF heransetzen
6 + Rechte Ferse vorne auftippen, RF an LF heransetzen
7, 8 Linke Ferse vorn auftippen, linke Fußspitze rechts vor rechter Spitze aufsetzen (LF vor RF kreuzen)

3 Shuffle, Step 1/2 Turn, Heel Switches, Stomp, 1/4 Turn & Kick

- 1 + 2 LF Schritt vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts
3, 4 RF Schritt nach vorn, 1/2 Linksdrehung auf beiden Ballen (Gewicht auf LF)
5 + Rechte Ferse vorne auftippen, RF an LF heransetzen
6 + Linke Ferse vorne auftippen, LF an RF heransetzen
7 RF neben LF aufstampfen (ohne Gewichtswechsel)
8 1/4 Rechtsdrehung auf dem linken Ballen und RF nach vorn kicken

4 Coaster Step, Shuffle, Step 1/2 Turn, Step, Step (Option : Full Turn)

- 1 + 2 RF Schritt zurück, LF an RF heransetzen, RF kleinen Schritt nach vorn
3 + 4 LF Schritt vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts
5, 6 RF Schritt nach vorn, 1/2 Linksdrehung auf beiden Ballen (Gewicht auf LF)
7, 8 RF Schritt nach vorn, LF Schritt nach vorn
(oder auf 7, 8 in Richtung vorwärts eine volle Linksdrehung herum ausführen)

Tanz beginnt wieder von vorne

Zu "Sin Wagon":

In der Mitte hört die Musik kurz auf, es wird nur gesungen, weiter tanzen. Am Ende das Gleiche; die ersten 8 Takte beenden, dann den rechten Fuß vorn aufstampfen und bis zum Ende halten (in Richtung 3 Uhr)