

Reflection

64 count / 2-wall /Intermediate

Choreographie: Alison Johnstone

01/2013

Music: Da Roots (ITG or Folk Mix)

Mind Reflection

Intro: 32 Counts.



1-8 Walk, Walk, Kick Ball Change, Pivot ¼ over Left, Stomp, Stomp

- 1, 2 RF vor und LF vor
- 3 + 4 RF nach vorne kicken, re Fußballen neben LF absetzen, LF Schritt am Platz
- 5, 6 RF vor und ¼ li Drehung auf den Fußballen (Gewicht LF) 9:00
- 7, 8 RF neben LF aufstampfen und LF neben RF aufstampfen

9-16 Rock Forward, Recover, Coaster Step, Pivot ½ Over Right, Shuffle Forward

- 1, 2 RF vor (li Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3 + 4 RF zurück , LF neben RF absetzen, RF vor
- 5, 6 LF vor und ½ re Drehung auf den Fußballen (Gewicht RF) 3:00
- 7 + 8 LF vor , RF neben LF absetzen, LF vor (L-R-L)

17-24 Long Step Right, Drag Left in, Step, Small Side Step, Step in, Small Side Step, Cross Rock, Recover, ¼ Left turn Shuffle

- 1, 2 RF großen Schritt nach re und LF zum RF heranziehen (nicht absetzen)
- + 3 LF neben RF absetzen und RF kleiner Schritt nach re
- + 4 LF neben RF absetzen und RF kleiner Schritt nach re
- 5, 6 LF vor dem RF kreuzen (re Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 7 + 8 ¼ li Drehung & LF vor , RF neben LF absetzen, LF vor 12:00

25-32 Heel Ball Cross, Heel Ball Cross, Scuff, Hitch, Cross & Cross & Cross

- 1 + 2 Re Ferse vorne auftippen 1.00, RF (Fußballen) neben LF absetzen, LF vor dem RF kreuzen
- 3 + 4 Re Ferse vorne auftippen 1.00, RF (Fußballen) neben LF absetzen, LF vor dem RF kreuzen
- 5 + 6 RF starker Bodenstreifer nach vorne und re Knie hochheben (11.00)
- + 7 RF vor dem LF kreuzen, LF Schritt nach li, RF vor dem LF kreuzen
- + 8 LF Schritt nach li und RF vor dem LF kreuzen

33-40 Side Rock, Recover, Behind Side Cross, switches Toe & Toe & Heel & Toe Back

- 1, 2 LF Schritt nach li (re Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 3 + 4 LF hinter dem RF kreuzen, RF Schritt nach re, LF vor dem RF kreuzen
- 5 + re FSpz re auftippen und RF neben LF absetzen
- 6 + li FSpz li auftippen und LF neben RF absetzen
- 7 + 8 Re Ferse vorne auftippen, RF neben LF absetzen, li FSpz hinten auftippen

Tanzende ist hier 6.00. Drehe über links zur Frontwall

41-48 & Stomp Hold, & Stomp, Hold, & Paddle ¼ Left, Paddle ¼ Left

- + 1, 2 LF neben RF absetzen, RF Schritt stampfend vor, Halten
- + 3, 4 LF neben RF absetzen, RF Schritt stampfend vor, Halten
- + 5, 6 LF neben RF absetzen, re Fußballen vorne auftippen, ¼ Li Drehung auf den Fußballen 9:00
- 7, 8 re Fußballen vorne auftippen und ¼ Li Drehung auf den Fußballen (Gewicht LF) 6:00

49-56 Cross Rock, Recover, Side Chasse R, Cross Rock, Recover, Side Chasse L

- 1, 2 RF vor dem LF kreuzen (li Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3 + 4 RF Schritt nach re, LF neben RF absetzen, RF Schritt nach re (R-L-R)

5, 6 LF vor dem RF kreuzen (re Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
7 + 8 LF Schritt nach li, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach li (L-R-L)

57-64 Kick Ball Step, Kick Ball Step, Pivot 1/2 over Left x 2

1 + 2 RF nach vorne kicken, re Fußballen neben LF absetzen, LF kleiner Schritt vor
3 + 4 RF nach vorne kicken, re Fußballen neben LF absetzen, LF kleiner Schritt vor
5, 6 RF vor und 1/2 Li Drehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
7, 8 RF vor und 1/2 Li Drehung auf den Fußballen (Gewicht LF)

12:00
6:00

Tanz beginnt wieder von vorne

RB www.buffalo-dancers.ch