

Coastin´40 count / 4-wall
Beginner**Choreographie:**

Tina & Ray Yeoman

Musik:

Lord Of The Dance by

Ronan Hardiman

Walk Right + Left, Kick Right, Step Back, Coasterstep, Kickball Change** Startposition: Hände hinter dem Rücken verschränken **

- 1 – 2 RF Schritt nach vorn, LF Schritt nach vorn
- 3 – 4 RF nach vorn kicken, RF Schritt zurück
- 5 + 6 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts
- 7 + 8 RF nach vorn kicken, RF neben LF absetzen, LF Schritt am Platz (Gewicht LF)

Walk Right + Left, Kick Right, Step Back, Coasterstep, Kickball Change** Haltung bleibt: Hände hinter dem Rücken verschränken **

- 1 – 2 RF Schritt nach vorn, LF Schritt nach vorn
- 3 – 4 RF nach vorn kicken, RF Schritt zurück
- 5 + 6 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts
- 7 + 8 RF nach vorn kicken, RF neben LF absetzen, LF Schritt am Platz (Gewicht LF)

Irish Heel / Toe Touches** Wechsel in der Haltung: Hände an die Hüften, Ellenbogen nach außen **

- 1 + Rechte Ferse schräg rechts vorn auftippen, RF neben LF absetzen,
- 2 Linke Fußspitze neben RF auftippen
- 3 + Linke Ferse schräg links vorn auftippen, LF neben RF absetzen
- 4 Rechte Fußspitze neben LF auftippen
- 5 – 8 wie 1 – 4

Heel Touch Forward + Side, Triple Step - Right + Left** Haltung bleibt: Hände an die Hüften, Ellenbogen nach außen **

- 1 – 2 Rechte Ferse vorn auftippen, anheben und rechts zur Seite auftippen
→ *der Kopf wird dem Fuß folgend beim Auftippen rechts nach rechts gedreht*
- 3 + 4 Drei Schritte auf der Stelle (RF-LF-RF) (Gewicht RF – Gesicht wieder nach vorn)
- 5 – 6 Linke Ferse vorn auftippen, anheben und links zur Seite auftippen
→ *der Kopf wird dem Fuß folgend beim Auftippen links nach links gedreht*
- 7 + 8 Drei Schritte auf der Stelle (LF-RF-LF) (Gewicht LF – Gesicht wieder nach vorn)

Step 1/4 Right Turn, Slide, Shuffle, Step 1/2 Turn, Shuffle

- 1 – 2 RF Schritt mit **1/4 Rechts**drehung nach vorn, LF zum RF heranziehen & klatschen
(Gewicht **LF !!!**) – *(nach dem Klatschen die Hände direkt wieder hinter dem Rücken verschränken)*
- 3 + 4 RF Schritt nach vorn, LF neben RF absetzen, RF Schritt nach vorn
- 5 – 6 LF Schritt vorwärts, **1/2 Rechts**drehung auf den Fußballen (Gewicht RF)
- 7 + 8 LF Schritt nach vorn, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach vorn

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