



The Trail

Choreographie: Judy McDonald

Schwierigkeitsgrad: Smooth Line Dance, 64 Takte, 2 Wände, Einfach / Mittel

Music/ CD: Trail Of Tears / Cover to cover **Künstler:** Billy Ray Cyrus **BPM:** 170

Toe, heel, cross, heel, cross, heel, toe, step r

1, 2 Rechtes Knie nach links beugen & Fuß auf die Spitze stellen und rechte Ferse vorn auftippen

3, 4 Rechte Fußspitze vor LF kreuzend auftippen und rechte Ferse vorn auftippen

5, 6 Rechte Fußspitze vor LF kreuzend auftippen und rechte Ferse vorn auftippen

7, 8 Rechtes Knie nach links beugen & Fuß auf die Spitze stellen und RF neben LF aufsetzen

Toe, heel, cross, heel, cross, heel, toe, step l

1, 2 Linkes Knie nach rechts beugen & Fuß auf die Spitze stellen und linke Ferse vorn auftippen

3, 4 Linke Fußspitze vor RF kreuzend auftippen und linke Ferse vorn auftippen

5, 6 Linke Fußspitze vor RF kreuzend auftippen und linke Ferse vorn auftippen

7, 8 Linkes Knie nach rechts beugen & Fuß auf die Spitze stellen und LF neben RF aufsetzen

Heel, toe, heel, toe r; toe, heel, toe, heel r

Rechte Ferse nach rechts drehen, absetzen und rechte Fußspitze nach rechts drehen, absetzen

Rechte Ferse nach rechts drehen, absetzen und rechte Fußspitze nach rechts drehen, absetzen

Linke Fußspitze nach rechts drehen, absetzen und linke Ferse nach rechts drehen absetzen

Linke Fußspitze nach rechts drehen, absetzen und linke Ferse nach rechts drehen, absetzen

Knee-pops r - l - r - l - r - l

1, 2 Rechtes Knie beugen und Halten

3, 4 Linkes Knie beugen und Halten

5, 6 Rechtes Knie beugen und linkes Knie beugen

7, 8 Rechtes Knie beugen und linkes Knie beugen

Heel, toe r, ½ turn l, ¼ turn l

Rechte Ferse vorne auftippen und Halten

Rechte Fußspitze hinten auftippen und Halten

RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)

RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)

Heel, toe r, ½ turn l, ¼ turn l

1 - 8 wie Schrittfolge zuvor

Step r, brush left foot front, cross, front; step l, brush right foot front, cross, front

RF Schritt vorwärts und LF Bodenstreifer nach vorne

LF Bodenstreifer quer vor dem RF zurück und LF Bodenstreifer nach vorne

LF Schritt vorwärts und RF Bodenstreifer nach vorne

RF Bodenstreifer quer vor dem LF zurück und RF Bodenstreifer nach vorne

Rock steps forward, back twice

RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben) und Gewicht zurück auf LF

RF Schritt zurück (LF etwas anheben) und Gewicht vor auf LF

RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben) und Gewicht zurück auf LF

RF Schritt zurück (LF etwas anheben) und Gewicht vor auf LF

Wenn man das 4. Mal auf die rückwärtige Wand schaut, kommt eine Unterbrechung in der Musik. Um wieder in den Rhythmus zu kommen, werden an der Schrittfolge 4 noch 4 weitere schnelle "Knee-pops" angehängt und es wird anschließend mit Schrittfolge 1 fortgesetzt.

Von vorne beginnen