



Sweatheartposition - Intro 16 Counts

Dame

Kick-Ball-Step 2x, Step-Lock-Step 2x

- 1 & 2 RF vorkicken, an LF setzen, LF Schritt vor
- 3 & 4 RF vorkicken, an LF setzen, LF Schritt vor
- 5 & 6 RF Schritt vor, LF hinter RF einkreuzen, RF vor
- 7 & 8 LF Schritt vor, RF hinter LF Einkreuzen, LF vor

Rock Step-Coaster Step, Rock Step-&-Rock Step

- 1 - 2 RF Schritt vor - auf LF zurückbelasten
- 3 & 4 RF Schritt zurück, LF an RF und RF vor
- 5 - 6 LF Schritt vor - auf RF zurückbelasten
- &7 - 8 LF an RF setzen, RF vor - auf LF zurückbelasten

Lock Steps back, Shuffle 1/2-Turn, Pivot-1/4, Cross Shuffle

- 1 & 2 RF zurück, LF ü/RF einkreuzen, RF zurück
- 3 & 4 1/2-LD + Triple Step (l-r-l) vor (**re Arme lösen**)
- 5 - 6 RF Schritt vor - m. 1/4-LD LF belasten
- 7 & 8 RF ü/LF kreuzen, LF an RF und RF ü/LF

Side Rock, Sailor Step 1/4, Cross Samba 2x

- 1 - 2 LF Schritt nach li - auf RF zurückbelasten
- 3 & 4 LF m. 1/4-LD hinter RF, RF n. r, LF n. li
- 5 & 6 RF über LF kreuzen, LF n. l, RF n. r
- 7 & 8 LF über RF kreuzen, RF n. r, LF n. l

1/4-R- Cross Shuffle, 1/2-L-Cross Shuffle, 1/4-L-Cross Shuffle, 1/2-L-Cross Shuffle

- 1 & 2 1/4-n. r drehen + Cross Shuffle (r-l-r)
- 3 & 4 **li Arme lösen**, 1/2-LD + Cross Shuffle (l-r-l) (**re Arme über Kopf der Dame**)
- 5 & 6 **re Arme lösen/li über Kopf der Dame** mit 1/4-LD Cross Shuffle back (r-l-r)
- 7 & 8 m. 1/2-LD Cross Shuffle nach vorn (l-r-l) (**re Arme hinter der Dame wieder fassen**)

Step-Lock - Shuffle fwd. 2x

- 1 - 2 RF Schritt vor, LF hinter RF einkreuzen
- 3 & 4 Triple Step vorwärts (r - l - r)
- 5 - 6 LF Schritt vor, RF hinter LF einkreuzen
- 7 & 8 Triple Step vorwärts (l - r - l)

Step-1/2-Pivot, Shuffle fwd. , Step-1/2-Pivot, Shuffle fwd.

- 1 - 2 RF Schritt vor - 1/2-LD ausführen (**r.Hd. Lösen**)
- 3 & 4 Triple Step vorwärts (r - l - r)
- 5 - 6 LF Schritt vor - 1/2-RD ausführen (**l.Hd.lösen**)
- 7 & 8 Triple Step vorwärts (l - r - l)

Herr

Kick-Ball-Step 2x, Step-Lock-Step 2x

- 1 & 2 RF vorkicken, an LF setzen, LF Schritt vor
- 3 & 4 RF vorkicken, an LF setzen, LF Schritt vor
- 5 & 6 RF Schritt vor, LF hinter RF einkreuzen, RF vor
- 7 & 8 LF Schritt vor, RF hinter LF Einkreuzen, LF vor

Rock Step-Coaster Step, Rock Step-&-Rock Step

- 1 - 2 RF Schritt vor - auf LF zurückbelasten
- 3 & 4 RF Schritt zurück, LF an RF und RF vor
- 5 - 6 LF Schritt vor - auf RF zurückbelasten
- &7 - 8 LF an RF setzen, RF vor - auf LF zurückbelasten

Lock Steps back, Shuffle 1/2-Turn, Pivot-1/4, Cross Shuffle

- 1 & 2 RF zurück, LF ü/RF einkreuzen, RF zurück
- 3 & 4 1/2-LD + Triple Step (l-r-l) vor (**re Arme lösen**)
- 5 - 6 RF Schritt vor - m. 1/4-LD LF belasten
- 7 & 8 RF ü/LF kreuzen, LF an RF und RF ü/LF

Side Rock, Sailor Step 1/4, Cross Samba 2x

- 1 - 2 LF Schritt nach li - auf RF zurückbelasten
- 3 & 4 LF m. 1/4-LD hinter RF, RF n. r, LF n. li
- 5 & 6 RF über LF kreuzen, LF n. l, RF n. r
- 7 & 8 LF über RF kreuzen, RF n. r, LF n. l

1/4-L- Cross Shuffle, 1/2-L-Cross Shuffle, 1/4-L-Cross Shuffle, 1/2-L-Cross Shuffle

- 1 & 2 1/4-n. r drehen + Cross Shuffle (r-l-r)
- 3 & 4 **li Arme lösen**, 1/2-LD + Cross Shuffle (l-r-l) (**re Arme über Kopf der Dame**)
- 5 & 6 **re Arme lösen/li über Kopf der Dame** mit 1/4-LD Cross Shuffle back (r-l-r)
- 7 & 8 m. 1/2-LD Cross Shuffle nach vorn (l-r-l) (**re Arme hinter der Dame wieder fassen**)

Step-Lock - Shuffle fwd. 2x

- 1 - 2 RF Schritt vor, LF hinter RF einkreuzen
- 3 & 4 Triple Step vorwärts (r - l - r)
- 5 - 6 LF Schritt vor, RF hinter LF einkreuzen
- 7 & 8 Triple Step vorwärts (l - r - l)

Step-1/2-Pivot, Shuffle fwd. , Step-1/2-Pivot, Shuffle fwd.

- 1 - 2 RF Schritt vor - 1/2-LD ausführen (**r.Hd. Lösen**)
- 3 & 4 Triple Step vorwärts (r - l - r)
- 5 - 6 LF Schritt vor - 1/2-RD ausführen (**l.Hd.lösen**)
- 7 & 8 Triple Step vorwärts (l - r - l)

1/4, 1/2-Coaster Step, Step-1/4-Shuffle fwd.

1 - 2 RF m. 1/4-LD vor, LF m. 1/2-LD zurück (dabei li
Hände lösen, re Hände hoch)
3 & 4 RF Schritt zurück, LF an RF und RF vor
5 - 6 LF Schritt vor, RF m. 1/4-LD vor
7 & 8 Triple Step vorwärts (1 - r - l)

1/4, 1/2-Coaster Step, Step-1/4-Shuffle fwd.

1 - 2 RF m. 1/4-RD vor, LF m. 1/2-RD zurück
(dabei li Hände lösen, re Hände hoch)
3 & 4 RF Schritt zurück, LF an RF und RF vor
5 - 6 LF Schritt, RF m. 1/4-RD vor
7 & 8 Triple Step vorwärts (1 - r - l)

Wiederholen und lächeln nicht vergessen !!

neu zu Papier by Conny

14.01.2025

mailto: Conny@longhorns-hamburg.de