

The One

Beschreibung: 4 wall, intermediate line dance, A Teil 32 Count, B Teil 32 Count

Choreographie: Marianne & Sabine

Musik: The One von Ray Garvey & VIZE



Ablauf: A A B A – 4 Takte halten – A B A A – 8 Takte Halten – B A - stomp

Info: Tanz beginnt nach 8 Takten

Teil A

Cross, Point, cross, point, jazz box ¼ turn r cross

1-2 RF vor dem LF kreuzen, linke Fußspitze links auftippen

3-4 LF vor dem RF kreuzen, rechte Fußspitze rechts auftippen

5-6 RF vor dem LF kreuzen, LF Schritt zurück

7-8 ¼ Drehung rechts auf dem LF und Schritt mit dem RF nach rechts, LF vor dem RF kreuzen

Toe strut, toe strut across, toe strut mit ¼ turn 2x

1-2 Rechts Fußspitze rechts aufsetzen, Ferse absetzen,

3-4 LF über RF kreuzen, nur Fußspitze auftippen, Ferse absetzen

5-6 Rechts Fußspitze hinten aufsetzen, dabei ¼ Drehung nach links, rechts Ferse absetzen

7-8 Linke Fußspitze links aufsetzen, dabei ¼ Drehung nach links, rechts Ferse absetzen

Chasse r, step ½ turn r, kick-ball-step, step l, hold

1&2 Schritt nach rechts mit RF, LF an RF heransetzen und Schritt nach rechts mit RF

3-4 LF Schritt nach vorne, auf beiden Fußballen ½ Drehung rechts herum

5&6 LF nach vorn kicken - LF an linken heransetzen und Schritt nach vorn mit RF

7-8 Stomp nach vorne mit LF, hold

Side, hold & side, touch, rolling vine l

1-2 Schritt nach rechts mit RF mit stomp - Halten

&3-4 LF an RF heransetzen und Schritt nach rechts mit RF mit stomp - LF neben RF auftippen

5-6 LF Schritt nach vorn mit 1/4 Drehung links, RF Schritt zurück mit 1/2 Drehung links

7-8 LF Schritt nach links, dabei ¼ Drehung links, RF neben LF tippen

Teil B

Stomp, hold, &stomp hold, step ½ turn r, kick-ball-change

1-2 RF stomp nach vorne, halten

&3-4 LF an RF ran setzen und RF stomp vorne, halten

5-6 LF Schritt nach vorne, auf beiden Fußballen ½ Drehung rechts herum

7&8 LF nach vorn kicken - LF an RF heransetzen, Schritt auf der Stelle mit RF

Stomp, hold, &stomp hold, step ½ turn r, kick-ball-change

1-2 LF stomp nach vorne, halten

&3-4 RF an LF ran setzen und LF Schritt stomp vorne, halten

5-6 RF Schritt nach vorne, auf beiden Fußballen ½ Drehung links herum

7&8 RF nach vorne kicken, RF an LF heransetzen, Schritt auf der Stelle mit LF

Chasse r, chasse ¼ turn l, chasse ¼ turn l, chasse ¼ turn l,

1&2 Schritt nach rechts mit RF - LF an RF heransetzen und Schritt nach rechts mit RF

3&4 Schritt nach links mit LF dabei ¼ Drehung links, RF an LF ran setzen, LF Schritt nach links

5&6 Schritt nach rechts mit RF dabei ¼ Drehung links, LF an RF ran setzen, RF Schritt nach rechts

7&8 Schritt nach links mit LF dabei ¼ Drehung links, RF an LF ran setzen, LF Schritt nach links

Kick-ball-point r + l, shuffle back, shuffle ½ turn

1&2 RF nach vorn kicken, RF an LF heransetzen, LF links auftippen

3&4 LF nach vorn kicken, LF an RF heransetzen, RF rechts auftippen

5&6 RF Schritt zurück, LF neben RF setzen, RF Schritt zurück

7&8 LF Schritt vor, dabei ¼ Drehung links, RF neben LF absetzen, LF Schritt vor, dabei ¼ Drehung links,

