



Swiss Lady

Choreographie: Esther Orsatti 06/22
Beschreibung: 32 Count, 4 wall, Beginner /ECS
Musik: Swiss Lady, Pepe Lienhard Band
Hinweis: Der Tanz beginnt nach Alphorn nach 24 Taktschlägen, mit den Worten ziemlich schlank
Empfohlenes Video: <https://www.youtube.com/watch?v=02JWsuHOqEo>

S1 Chasse R / Rock Back L / Chasse L / Rock Back R

- 1&2 RF Schritt nach R, LF schnell dazu stellen, RF Schritt nach R
- 3-4 LF Schritt zurück und dabei den RF entlasten, Gewicht wieder auf den RF
- 5&6 LF Schritt nach L, RF schnell dazu stellen, LF Schritt nach L
- 7-8 RF Schritt zurück und dabei den LF entlasten, Gewicht wieder auf den LF

9-16 Circle-Walk L / mit Scuff

- 1-2 ¼ Drehung RF Schritt nach vorn, LF nach vorne schwingen,
- 3-4 ¼ Dr. LF Schritt vorw., dann den RF nach vorne schwingen,
- 5-8 Schritte 1-4 wiederholen. Nun hast du den Blick wieder Richtung 12.00 Uhr

17-24 Shuffle vorw. R / Rock-Step L / Shuffle rückw. L / Rock Back R

- 1&2 RF Schritt vorw. den LF schnell hinter den R Fersen stellen, RF Schritt vorw.
- 3-4 LF Schritt vorw. dabei den RF entlasten, Gewicht wieder auf den RF
- 5&6 LF Schritt zurück, den RF vor die L Fussspitze stellen, LF Schritt zurück
- 7-8 RF Schritt zurück dabei den LF entlasten, Gewicht wieder auf den LF

25-32 Side Touch, Side Touch, ¼ Dr R langer Schritt nach vorn, LF heranziehen und stampfen, Hold

- 1-2 RF Schritt nach R, LF neben dem RF auftippen
- 3-4 LF Schritt nach L, RF neben den LF auftippen
- 5- RF ¼ Drehung und langer Schritt nach vorn
- 6-7 LF langsam mit gebogenem Knie neben den RF ran ziehen und stampfen
- 8 Halten

Wiederholen bis zum Ende, geniessen und lächeln 🐔 🐔 ♂ 🐔 🐔 ♀ 🐔

Viel Spass wünschen Euch die Crazy Chicken Dancers Toggenburg

<http://www.crazy-chicken-toggenburg.ch>