

Annemarie- Polka

Description: 16 Counts, Circle- Dance
Level: Beginner
Musik: Annemarie- Polka von Herms Niel

Aufstellung: Man steht L, leicht hinter der Lady, die R steht. Hände über der Schulter der Lady angefasst

LF 2x Heel, Touch, Heel, Step, RF 2x Heel, Touch, Heel Step

1-2 L Hacke vorn auftippen, LF neben RF tippen
3-4 L Hacke vorn auftippen, LF neben RF abstellen
5-6 R Hacke vorn auftippen, RF neben LF tippen
7-8 R Hacke vorn auftippen, RF neben LF abstellen

Man: Shuffle R und L,

1&2 LF vor, RF an LF heransetzen, LF vor
3&4 RF vor, LF an RF heransetzen, RF vor
5&6 RF vor, LF an RF heransetzen, RF vor
7&8 LF vor, RF an LF heransetzen, LF vor

Lady Variante 1:

Shuffle R und L, mit Shuffle Turn

1&2 LF vor, RF an LF heransetzen, LF vor
3&4 RF vor, LF an RF heransetzen, RF vor
5&6 Cha Cha mit $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung (l – r – l)
7&8 Cha Cha mit $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung (r – l – r)

Lady Variante 2:

Shuffle R und L, mit 2x $\frac{1}{2}$ Turn R, Step, Step

1&2 LF vor, RF an LF heransetzen, LF vor
3&4 RF vor, LF an RF heransetzen, RF vor
5-6 $\frac{1}{2}$ Drehung über R, LF nach hinten setzen, $\frac{1}{2}$ Drehung R RF vor,
7-8 2 Schritte vor (L –R)

Lady Variante 3:

Shuffle R und L, mit 2x $\frac{1}{2}$ Turn R, 2x $\frac{1}{2}$ Turn R

1&2 LF vor, RF an LF heransetzen, LF vor
3&4 RF vor, LF an RF heransetzen, RF vor
5-6 $\frac{1}{2}$ Drehung über R, LF nach hinten setzen, $\frac{1}{2}$ Drehung R RF vor,
7-8 $\frac{1}{2}$ Drehung über R, LF nach hinten setzen, $\frac{1}{2}$ Drehung R RF vor,

Tanz beginnt von vorn und lächeln!!!!