



Alpen Polka

Choreographie: Trent & Mary Cummings

Beschreibung: 32 count, 2 wall, beginner/intermediate line dance

Musik: Never Stop The Alpen Pop von DJ Ötzi

3 heel taps, heel hook, Polka steps forward

- 1-3 Rechte Hacke vorn 3x auftippen
- 4 Rechten Fuß anheben und vor linkem Schienbein kreuzen
- 5&6 Cha Cha (Polka) nach vorn (r - l - r)
- 7&8 Cha Cha (Polka) nach vorn (l - r - l)

Jazz box turning $\frac{1}{4}$ l, Polka steps forward

- 1-2 Rechten Fuß über linken kreuzen - Schritt zurück mit links und $\frac{1}{4}$ Drehung links herum (9 Uhr)
- 3-4 Schritt nach rechts mit rechts (3 Uhr) - Linken Fuß an rechten heransetzen
- 5&6 Cha Cha (Polka) nach vorn (r - l - r)
- 7&8 Cha Cha (Polka) nach vorn (l - r - l)

Stomp, stomp, down, up, Polka back, coaster step

- 1-2 Rechten Fuß auf der Stelle aufstampfen - Linken Fuß auf der Stelle aufstampfen
- 3-4 Hände in die Hüften, in die Knie gehen und wieder aufrichten
- 5&6 Cha Cha (Polka) zurück (r - l - r)
- 7&8 Schritt zurück mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit links

Jazz box turning $\frac{1}{4}$ l, stomp, stomp, claps

- 1-2 Rechten Fuß über linken kreuzen - Schritt zurück mit links und $\frac{1}{4}$ Drehung links herum (9 Uhr)
- 3-4 Schritt nach rechts mit rechts (6 Uhr) - Linken Fuß an rechten heransetzen
- 5-6 Rechten Fuß auf der Stelle aufstampfen - Linken Fuß auf der Stelle aufstampfen
- 7&8 3x klatschen

Wiederholung bis zum Ende



Smile and Dance

