



Hit the 4

Type / Level: 64 Count, 2 Wall / High Intermediate
 Choreographie: Rob Fowler & Colin Ghys
 Musik: Hit the 4 von DJTEXX
 Hinweis: Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen

- 1-8 ¼ Turn L/Hitch, Side, Prep /Twist ¼ R, Pivot ¼ L, ½ Turn L, Coaster Step, Step**
- 1, 2 Rechtes Knie anheben in eine ¼ Drehung links, RF Schritt nach rechts 9:00
 3 Oberkörper nach rechts drehen/öffnen (12:00) (Füsse bleiben an Ort)
 4 ¼ Drehung links und Gewicht auf den linken Fuss,
 5 ½ Drehung links und RF Schritt nach hinten 12:00
 6&7 LF Schritt nach hinten, RF an linken heransetzen, LF Schritt nach vorn
 8 RF Schritt nach vorn
- 9-16 Rock Step, Tripple ½ Turn L, Step, Pivot ¼ L, Cross-Side-Heel &**
- 1, 2 LF Schritt nach vorn, Gewicht zurück auf RF
 3, 4 ¼ Drehung links und LF Schritt nach links, RF an linken heransetzen,
 ¼ Drehung links und LF Schritt nach vorn 6:00
 5, 6 RF Schritt nach vorn, ¼ Drehung links auf beiden Ballen (Gewicht am Ende links) 3:00
 7& RF über linken kreuzen, LF Schritt nach links
 8& RF Ferse schräg rechts vorn auftippen, RF an linken heransetzen
- Ende: Der Tanz endet nach '1, 2' in der 7. Runde - Richtung 12:00**
 3 Schritte auf der Stelle dabei eine volle Umdrehung links ausführen (L - R - L)
 RF Spitze rechts auftippen, Rechtes Knie über linkes anheben [Hit the 4] 12:00
- 17-24 Cross, Hold, Full Spiral Turn R, Hold, Side Rock, Behind-Side-Cross**
- 1, 2 LF über rechten kreuzen, Halten
 3, 4 Volle Umdrehung rechts auf dem linken Ballen, Halten
 5, 6 RF Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf LF
 7&8 RF hinter linken kreuzen, LF Schritt nach links, RF über linken kreuzen
- 25-32 Side, Hold, Ball, Side, Hitch, ¼ Turn R, ½ Paddle Turn R**
- 1, 2 LF Schritt nach links, Halten
 &3, 4 RF an linken heransetzen, LF Schritt nach links, Rechtes Knie anheben
 5 ¼ Drehung rechts und RF Schritt nach vorn 6:00
 6 - 8 3x eine 1/6 Drehung rechts und LF Spitze links auftippen 12:00
- Brücke: In der 2. und 4. Runde - Richtung 6:00**
 hier abbrechen, die Brücke tanzen und mit Count 40 weiter tanzen
- 33-40 Cross, Side, Behind-Side-Heel, Ball Cross, Side with ½ Turn R, Chassé R**
- 1, 2 LF über rechten kreuzen, RF Schritt nach rechts
 3& LF hinter rechten kreuzen, RF Schritt nach rechts
 4& LF Ferse schräg links vorn auftippen, LF an rechten heransetzen
 5 RF über linken kreuzen,
 6 LF Schritt nach links Rechte Schulter nach hinten und ½ Drehung rechts 6:00
 7&8 RF Schritt nach rechts, LF an rechten heransetzen und RF Schritt nach rechts
- 41-48 Cross-Side-Heel, Ball, Cross, Side, Sailor Step R + L**
- 1& LF über rechten kreuzen, RF Schritt nach rechts
 2& LF Ferse schräg links vorn auftippen, LF an rechten heransetzen
 3, 4 RF über linken kreuzen, LF Schritt nach links
 5&6 RF hinter linken kreuzen, LF Schritt nach links, Gewicht zurück auf RF
 7&8 LF hinter rechten kreuzen, RF Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf LF

Hit the 4



49-56 **Brush-Out-Out-Heel Swivels, Hip Roll with Knee Bounces**

- 1&2 RF nach vorn schwingen, RF Schritt nach rechts, LF Schritt nach links
&3 RF Ferse nach innen, wieder zurück drehen
&4 LF Ferse nach innen, wieder zurück drehen
5 - 8 Hüften 1x links kreisen lassen und dabei 4x die Knie auf und ab bewegen (Gewicht am Ende wieder links)

57-64 **Step, Pivot ½ L, Step, Twist L Heel ¼ R, Twist R Heel ¼ R, Coaster Step, Walk R + L**

- 1, 2 RF Schritt nach vorn, ½ Drehung links auf beiden Ballen (Gewicht am Ende links) 12:00
3&4 RF Schritt nach vorn, erst linke, dann rechte Ferse ¼ Drehung nach rechts drehen insgesamt eine ½ Drehung links (Gewicht am Ende rechts) 6:00
5&6 LF Schritt nach hinten, RF an linken heransetzen, LF Schritt nach vorn
7, 8 2 Schritte nach vorn (R - L)

Omit: In der 4. Runde - Richtung 12:00

- '&8 3 kleine Schritte nach vorn (R - L - R) mit etwas gebeugten Knien
dann die 5. Runde bei Count 40 beginnen

Brücke:

1-4 Cross Rock, Side, Hitch &

- 1, 2 LF über rechten kreuzen, Gewicht zurück auf RF
3, 4 LF Schritt nach links, Rechtes Knie anheben [Hit the 4]
& RF an linken heransetzen