



LDCF

LINE DANCE COMPANY
F E L D K I R C H E N



Muh Polka

Choreographie: LDCF

Beschreibung: 48count, 4 Wall, Intermedia line dance

Musik: flotte Polka, Country Roads, Krainer, Discofox....

THEES; HEEL; TRIPPLESTEP X2

- 1,2 RF Spitze, Ferse,
3&4 Trippelstep = RF, LF, RF heben und abstellen
5,6 LF Spitze, Ferse,
7&8 Trippelstep = LF, RF, LF heben und abstellen

SCHUFFEL VORWARD RGT; SCHUFFEL VORWARD LFT; SCHUFFEL BACK RGT; SCHUFFEL BACK LFT

- 1&2 RF Schritt vor, LF heransetzen & RF Schritt vor
3&4 LF Schritt vor, RF heransetzen & LF Schritt vor
5&6 RF Schritt zurück, LF heransetzen & RF Schritt zurück
7&8 LF Schritt zurück, RF heransetzen & LF Schritt zurück

FULL TURN RGT; FULL TURN LFT

- 1,2,3, Ganze Drehung mit 3 Schritte nach rechts, RF, LF, RF
4 LF neben RF antippen und klatschen
5,6,7, Ganze Drehung mit 3 Schritten nach links, LF, RF, LF
8 RF neben LF antippen und klatschen

2X KICK BALL CHANGE; 2X PIVOT

- 1&2 RF kick nach vor (von oben herab kicken), abstellen & LF heben und beistellen
3&4 RF kick nach vor, abstellen & LF heben und beistellen
5,6 RF Schritt vor, am Stand mit beiden Füßen 1/2 Drehung nach links
7,8 RF Schritt vor, am Stand mit beiden Füßen 1/2 Drehung nach links

4x CLAP

- 1,2,3,4 4x (von unten nach oben) Klatschen,

4xTRIPPELSTEP RGT

- 1&2 LF kleiner Schritt vor, RF heransetzen & LF kleiner Schritt vor diagonal re (Gewicht auf LF)
3&4 RF Schritt 1/4 Drehung re, LF heransetzen & RE kleinen Schritt vor (Gewicht auf RF)
5&6 LF Schritt 1/4 Drehung re, RF heransetzen & LF kleinen Schritt vor (Gewicht auf LF)
7&8 RF Schritt 1/4 Drehung re, LF heben & abstellen, RF heben & abstellen (Gewicht auf RF)

FULL TURN LFT, STOMP

- 1,2,3, Ganze Drehung mit 3 Schritten, LF, RF, LF
4 RF an LF stampfen

Wiederholung bis zum Ende!

Für die Vollständigkeit des Inhaltes, Übersetzungsfehler, Rechtschreibung, usw.
wird keine Gewähr übernommen!