

Atomik Polka

64 Counts, 4 Walls, Novice



Choreographie:

Bastiaan Van Leeuwen

04/2006

Musik:

Turbo Polka -137 bpm-

Atomik Harmonik

Right Shuffle, ¼ Turn Left Chasse, ¼ Turn Back Shuffle, Coaster-Step

- 1 + 2 RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 3 + 4 ¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach links
- 5 + 6 ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt zurück
- 7 + 8 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

Diagonal Forward Gallops Right and Left with Touches

- 1 + 2 RF Schritt schräg rechts vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt schräg rechts vorwärts
- + 3 4 LF neben RF absetzen und RF Schritt schräg rechts vorwärts (45°) LF neben RF auftippen
- 5 + 6 LF Schritt schräg links vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt schräg links vorwärts
- + 7 8 RF neben LF absetzen und LF Schritt schräg links vorwärts (45°), RF neben LF auftippen

Heel Heel, Coaster-Step, Heel Heel, Sailor ¼ Turn

- 1, 2 2 x rechte Ferse vorne auftippen
- 3 + 4 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 5, 6 2 x linke Ferse vorne auftippen
- 7 + 8 LF hinter dem RF kreuzen, ¼ Linksdrehung & RF Schritt nach rechts und Gewicht zurück auf LF

Heel Switches, Clap x 2, Heel Switches, Clap x 2

- 1 + Rechte Ferse vorne auftippen, RF neben LF absetzen
- 2+3+4 Linke Ferse vorne auftippen, LF neben RF absetzen, rechte Ferse vorne auftippen, 2 x klatschen
- + 5 RF neben LF absetzen, linke Ferse vorne auftippen
- + 6 LF neben RF absetzen, rechte Ferse vorne auftippen
- + 7+8 RF neben LF absetzen, linke Ferse vorne auftippen, 2 x klatschen
- + LF neben RF absetzen

¼ Turn Right Shuffle x 4 (Full Turn)

- 1 + 2 ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 3 + 4 ¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts
- 5 + 6 ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 7 + 8 ¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

Full Turn Right, Touch and Clap, Full Turn Left, Touch and Clap

- 1, 2 ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt vorwärts, ½ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück
- 3, 4 ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt nach rechts, LF neben RF auftippen & klatschen
- 5, 6 ¼ Linksdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts, ½ Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück
- 7, 8 ¼ Linksdrehung auf RF & LF Schritt nach links, RF neben LF auftippen & klatschen

Back Shuffle, Coaster-Step, Full Turn Left, Step, Touch

- 1 + 2 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt zurück
- 3 + 4 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts
- 5, 6 ½ Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück, ½ Linksdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts
- 7, 8 RF Schritt vorwärts, LF neben RF auftippen

Hips Bumps, Touch, Back Shuffle, Coaster-Step

- 1, 2 LF Schritt nach links & Hüften nach links schwingen und nach rechts schwingen
- 3, 4 Hüften nach links schwingen, RF neben LF auftippen
- 5 + 6 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt zurück
- 7 + 8 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

Tanz beginnt wieder von vorne