

# Kopfweh Shuffle



**Beschreibung:** 32 Counts, 4 Wall  
**Level:** Beginner  
**Musik:** Heut' Abend hab ich Kopfweh  
(Neuaufnahme 2000) by Ireen Sheer  
**Choreographie:** Sandra Schuler  
**Intro:** 32 Counts

## Side Rock, Cross Shuffle, Side, ¼ Turn right, Shuffle Forward

1-2 Schritt nach rechts mit RF, LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF  
3&4 RF weit über LF kreuzen, LF etwas an RF heranziehen und RF über LF kreuzen  
5-6 Schritt nach links mit LF, ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach rechts mit RF  
7&8 Schritt nach vorn mit LF, RF an LF heransetzen und Schritt nach vorn mit LF

## Forward Rock, Shuffle Back Turning ½ right, Forward Rock, ¼ Turn I/Coaster Step

1-2 Schritt nach vorn mit RF, LF etwas anheben und Gewicht zurück auf LF  
3&4 ¼ Drehung rechts herum und dabei Schritt nach rechts mit RF, LF an RF heransetzen  
¼ Drehung rechts herum und dabei Schritt nach vorn mit rechts (9 Uhr)  
5-6 Schritt nach vorn mit LF, RF etwas anheben, Gewicht zurück auf RF  
7&8 ¼ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit links (6 Uhr),  
RF an LF heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit links

## Forward Rock, Shuffle Back, Back Rock, Shuffle Forward

1-2 Schritt nach vorn mit RF, LF etwas anheben, Gewicht zurück auf den linken Fuß  
3&4 Schritt nach hinten mit RF, LF an RF heransetzen und Schritt nach hinten mit rechts  
5-6 Schritt nach hinten mit LF, RF etwas anheben, Gewicht zurück auf den rechten Fuß  
7&8 Schritt nach vorn mit LF, RF an LF heransetzen und Schritt nach vorn mit links

## ¼ Turn I, Drag, Back Rock, Side, Touch, Kick-Ball-Cross

1-2 ¼ Drehung links herum und großen Schritt nach rechts mit RF (3 Uhr)  
LF an RF heranziehen  
3-4 Schritt nach hinten mit LF, RF etwas anheben, Gewicht zurück auf den rechten Fuß  
5-6 Schritt nach links mit LF, RF neben LF auftippen  
7&8 RF nach vorn kicken, RF an LF heransetzen und linken Fuß über rechten kreuzen

## Wiederholung bis zum Ende

## Tag/Brücke (nach Ende der 2., 6. und 10. Runde - 6 Uhr)

## Rocking Chair

1-2 Schritt nach vorne mit RF, LF etwas anheben, Gewicht zurück auf den linken Fuß  
3-4 Schritt nach hinten mit RF, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß