

One Hundred

Seite 1/2



Beschreibung: 32 Counts, 2 Wall
Level: Low Intermediate
Musik: One Hundred by Ida Corr
Choreographie: Niels Poulsen
Intro: Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen

Dorothy Step Turning $\frac{1}{4}$ Left, Dorothy Step, Forward Rock, $\frac{1}{2}$ Shuffle Back Turning Right

- 1-2 Schritt nach schräg rechts vorn mit RF, LF hinter RF kreuzen,
& $\frac{1}{4}$ Drehung links herum und Schritt nach rechts mit RF (9 Uhr)
3-4 Schritt nach schräg links vorn mit LF, RF hinter LF kreuzen
& und Schritt nach schräg links vorn mit LF
5-6 Schritt nach vorn mit RF, Gewicht zurück auf LF
7& $\frac{1}{4}$ Drehung nach rechts und Schritt nach rechts mit RF, LF an RF heransetzen (&)
8 $\frac{1}{4}$ Drehung nach rechts und Schritt nach vorn mit RF (3 Uhr)

(Ende: Der Tanz endet nach '7' in der 12. Runde - Richtung 12 Uhr)

$\frac{1}{4}$ Turn Right-Cross, $\frac{1}{4}$ Turn Left, $\frac{1}{4}$ Turn Left/Side Rock-Cross, Side Rock & Side Rock-Touch

- &1 $\frac{1}{4}$ Drehung nach rechts und Schritt nach links mit LF (&), RF über LF kreuzen (1)
(auf 'found' in die Knie gehen)
2 $\frac{1}{4}$ Drehung nach links und Schritt nach vorn mit LF
3& $\frac{1}{4}$ Drehung nach links und Schritt nach rechts mit RF, Gewicht zurück auf LF (&)
4 RF über LF kreuzen (12 Uhr)
5-6& Schritt nach links mit LF, Gewicht zurück auf RF, LF an RF heransetzen (&)
7&8 Schritt nach rechts mit RF, Gewicht zurück auf den LF (&), RF neben LF auf tippen
(Restart: In der 9. Runde - Richtung 12 Uhr - hier abbrechen und von vorn beginnen)

Rocking Chair, Run 3 Steps (optional Boogie Run), Rocking Chair, $\frac{1}{2}$ Shuffle Back Turning Right

- 1& Schritt nach vorn mit RF, Gewicht zurück auf den LF
2& Schritt nach hinten mit RF, Gewicht zurück auf den LF
3&4 3 kleine Schritte nach vorn (r - l - r)
5& Schritt nach vorn mit LF, Gewicht zurück auf den RF
6& Schritt nach hinten mit LF, Gewicht zurück auf den RF
7& $\frac{1}{4}$ Drehung nach rechts und Schritt nach links mit LF, RF an LF heransetzen (&)
8 $\frac{1}{4}$ Drehung nach rechts und Schritt nach hinten mit LF (6 Uhr)

Back Rock, Shuffle Forward, Forward Rock, Full Shuffle Turn Left

- 1-2 Schritt nach hinten mit RF, Gewicht zurück auf den LF
- 3&4 Schritt nach vorn mit RF, LF an RF heransetzen und Schritt nach vorn mit RF
- 5-6 Schritt nach vorn mit LF, Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 7& ½ Drehung nach links und Schritt nach vorn mit links, RF an LF heransetzen (&)
(12 Uhr)
- 8 ½ Drehung nach links und Schritt nach vorn mit LF (6 Uhr)

Wiederholung bis zum Ende

Tag/Brücke (nach Ende der 2. und 5. Runde - 12 Uhr/6 Uhr)

Touch & Heel Strut, Touch & Heel Strut, Forward Rock, Back, Drag/Close

- 1& RF neben LF auftippen und RF an LF heransetzen
- 2& Linke Hacke aufsetzen, linke Fußspitze absenken
- 3&4& Wie 1&2&
- 5-6 Schritt nach vorn mit RF, Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 7-8 Großen Schritt nach hinten mit rechts, LF auf der Hacke an den RF heransetzen