

Pulse

Choreographie: Judy McDonald

Beschreibung: 32 count, 4 wall, beginner line dance
Musik: **Pulse** von Melissa Etheridge
Hinweis: Der Tanz beginnt auf 'got'



Walk 2, shuffle forward, rock forward, 1/4 turn l/extended chassé l

- 1-2 2 Schritte nach vorn (r - l)
3&4 Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach vorn mit rechts
5-6 Schritt nach vorn mit links, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
7&8 1/4 Drehung links herum und Schritt nach links mit links (9 Uhr) - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links
&1 Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links

Rock across, chassé r + l

- 2-3 Rechten Fuß über linken kreuzen, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
4&5 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts
6-7 Linken Fuß über rechten kreuzen, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
8&1 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links
(**Restart:** In der 7. Runde - Richtung 3 Uhr - nach '8' abbrechen und von vorn beginnen)

Rock back, shuffle forward, rock forward, 1/4 turn l/chassé l

- 2-3 Schritt nach hinten mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
4&5 Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach vorn mit rechts
6-7 Schritt nach vorn mit links, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
8&1 1/4 Drehung links herum und Schritt nach links mit links (6 Uhr) - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links

Touch, step, 1/4 turn l/touch, side/sways, touch

- 2-4 Rechten Fuß neben linkem auf tippen - Schritt nach vorn mit rechts - 1/4 Drehung links herum und linken Fuß neben rechtem auf tippen (3 Uhr)
5-8 Kleinen Schritt nach links mit links/Hüften nach links, rechts und wieder nach links schwingen - Rechten Fuß neben linkem auf tippen

Wiederholung bis zum Ende