

Rat Race

Choreographie: Ross Brown

Beschreibung: 64 count, 2 wall, low intermediate line dance
Musik: **Rat Race** von Baha Men
Hinweis: Der Tanz beginnt nach 64 Taktschlägen



Toe strut side, toe strut across, rock side, cross, hold

- 1-2 Schritt nach rechts mit rechts, nur die Fußspitze aufsetzen - Rechte Hacke absenken
- 3-4 Linken Fuß über rechten kreuzen, nur die Fußspitze aufsetzen - Linke Hacke absenken
- 5-6 Schritt nach rechts mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 7-8 Rechten Fuß über linken kreuzen - Halten

Toe strut side, toe strut across, rock side, cross, hold

- 1-8 Wie Schrittfolge zuvor, aber spiegelbildlich mit links beginnend

Side, close, back, hold, side, close, step, hold

- 1-2 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen
- 3-4 Schritt nach hinten mit rechts - Halten
- 5-6 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen
- 7-8 Schritt nach vorn mit links - Halten

Rock forward, 1/2 turn r, hold, step, pivot 1/4 r, cross, hold

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 3-4 1/2 Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts (6 Uhr) - Halten
- 5-6 Schritt nach vorn mit links - 1/4 Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (9 Uhr)
- 7-8 Linken Fuß über rechten kreuzen - Halten

Pigeon toe steps r + l

- 1-2 Schritt nach rechts mit rechts/beide Fußspitzen nach außen - Linke Fußspitze/rechte Hacke nach rechts drehen
- 3-4 Linke Hacke/rechte Fußspitze nach rechts drehen - Halten
- 5-6 Linke Hacke/rechte Fußspitze nach links drehen - Linke Fußspitze/rechte Hacke nach links drehen
- 7-8 Linke Hacke/rechte Fußspitze nach links drehen - Halten

Pigeon toe steps r + l (with holds), pigeon toe steps r + l 2x

- 1-2 Linke Hacke/rechte Fußspitze nach rechts drehen - Halten
- 3-4 Linke Hacke/rechte Fußspitze nach links drehen - Halten
- 5-6 Linke Hacke/rechte Fußspitze nach rechts drehen - Linke Hacke/rechte Fußspitze nach links drehen
- 7-8 Wie 5-6 (Gewicht am Ende links)

Rock back, scuff, side, back, close, step, hold

- 1-2 Schritt nach hinten mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 3-4 Rechten Fuß nach vorn schwingen, Hacke am Boden schleifen lassen - Schritt nach rechts mit rechts
- 5-6 Schritt nach hinten mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen
- 7-8 Schritt nach vorn mit links - Halten

Rock forward, 1/2 turn r, hold, step, pivot 1/4 r, cross, hold

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 3-4 1/2 Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts (3 Uhr) - Halten
- 5-6 Schritt nach vorn mit links - 1/4 Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (6 Uhr)
- 7-8 Linken Fuß über rechten kreuzen - Halten

Wiederholung bis zum Ende