

Beinhart

Choreographie: Renate Schmitz

Beschreibung: Phrased, 2 wall, intermediate line dance; 0 restarts, 1 tag (3x)
Musik: **Beinhart** von Torfrock
Hinweis: Der Tanz beginnt mit dem Einsatz der Musik
Sequenz: ABCD, ABCD, ABCCD, A, Tag, A, Tag, A, Tag, A



Part/Teil A (1 wall)

A1: Chassé r, rock back, point, hitch, point, ¼ turn l/hitch

1&2 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts
 3-4 Schritt nach hinten mit links - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
 5-6 Linke Fußspitze links auftippen - Linkes Knie anheben
 7-8 Linke Fußspitze links auftippen - ¼ Drehung links herum auf dem rechten Ballen/linkes Knie anheben (9 Uhr)

A2: Chassé l, rock back, point, hitch, point, ¼ turn l/hitch

1&2 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links
 3-4 Schritt nach hinten mit rechts - Gewicht zurück auf den linken Fuß
 5-6 Rechte Fußspitze rechts auftippen - Rechtes Knie anheben
 7-8 Rechte Fußspitze rechts auftippen - ¼ Drehung links herum auf dem linken Ballen/rechtes Knie anheben (6 Uhr)

A3: Kick-ball-cross 2x, point, hitch, cross, hold

1&2 Rechten Fuß nach schräg rechts vorn kicken - Rechten Fuß an linken heransetzen und linken Fuß über rechten kreuzen
 3&4 Wie 1&2
 5-6 Rechte Fußspitze rechts auftippen - Rechtes Knie anheben
 7-8 Rechten Fuß über linken kreuzen - Halten

A4: Arm movements, hold, unwind ½ l, hold

1-2 Rechten Arm nach oben strecken - Linken Arm nach oben strecken
 3-4 Rechte Hand auf den Po legen - Linke Hand auf den Po legen
 5-8 Halten - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links - Halten (12 Uhr)

Part/Teil B (1 wall; beginnt das 1. Mal Richtung 12 Uhr)

B1: Step, close, step, touch/clap, back, close, back, touch/clap

1-2 Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen
 3-4 Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts - Linken Fuß neben rechtem auftippen/klatschen
 5-6 Schritt nach schräg links hinten mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen
 7-8 Schritt nach schräg links hinten mit links - Rechten Fuß neben linkem auftippen/klatschen

B2: Side, touch r + l, jump back, heels bounce

1-2 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß neben rechtem auftippen/klatschen
 3-4 Schritt nach links mit links und rechten Fuß neben linkem auftippen/klatschen
 5-6 Kleinen Sprung nach hinten, erst rechts, dann links
 7-8 Beide Hacken anheben - Beide Hacken senken (Gewicht am Ende links)
 9-12 Wie 5-8

Part/Teil C (2 wall; beginnt das 1. Mal Richtung 12 Uhr)

C1: Cross, side, heel, close r + l

1-2 Rechten Fuß über linken kreuzen - Kleinen Schritt nach links mit links
 3-4 Rechte Hacke schräg rechts vorn auftippen - Rechten Fuß an linken heransetzen
 5-6 Linken Fuß über rechten kreuzen - Kleinen Schritt nach rechts mit rechts
 7-8 Linke Hacke schräg links vorn auftippen - Linken Fuß an rechten heransetzen

C2: Step, pivot ½ l, ½ turn l, kick, back, close, step, hold

1-2 Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (6 Uhr)
 3-4 ½ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts - Halten (12 Uhr)
 5-6 Schritt nach hinten mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen
 7-8 Schritt nach vorn mit links - Halten

C3: Step, lock, step, step, lock, step, step, hold

1-3 Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts - Linken Fuß hinter rechten einkreuzen - Kleinen Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts
 4-6 Schritt nach schräg links vorn mit links - Rechten Fuß hinter linken einkreuzen - Schritt nach schräg links vorn mit links
 7-8 Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts - Halten

C4: Step, snap, pivot ¼ r, snap 2x

1-2 Schritt nach vorn mit links - In Schulterhöhe schnippen
 3-4 ¼ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts - In Schulterhöhe schnippen (3 Uhr)
 5-8 Wie 1-4 (6 Uhr)

Part/Teil D (1 wall; beginnt das 1. Mal Richtung 6 Uhr)

D1: Point, hitch, point, hold, behind, side, step, hold

- 1-2 Linke Fußspitze links auftippen - Linkes Knie anheben
- 3-4 Linke Fußspitze links auftippen - Halten
- 5-6 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts
- 7-8 Schritt nach vorn mit links - Halten

D2: Step, hold r + l, out, hold r + l

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts - Halten
- 3-4 Schritt nach vorn mit links - Halten
- 5-6 Kleinen Schritt nach rechts mit rechts (linke Faust nach vorn ausstrecken) - Halten
- 7-8 Kleinen Schritt nach links mit links (rechte Faust nach vorn über die linke ausstrecken) - Halten

D3: Arm movements

- 1-2 Rechte Faust auf die linke Faust setzen - Linke Faust auf die rechte Faust setzen
- 3-4 Wie 1-2

Tag/Brücke (1 wall)

Jazz box with cross

- 1-2 Rechten Fuß über linken kreuzen - Schritt nach hinten mit links
- 3-4 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß über rechten kreuzen