

Hit the 4

Choreographie: Rob Fowler & Colin Ghys

Beschreibung:	64 count, 2 wall, high intermediate line dance; 0 restarts, 1 bridge (2x), 1 omit
Musik:	Hit the 4 von DJTEXX
Hinweis:	Der Tanz beginnt nach 16 Tackschlägen

S1: 1/4 turn l/hitch, side, body turn r, pivot 1/4 l, 1/2 turn l, coaster step, step

- 1-3 Rechtes Knie anheben in eine 1/4 Drehung links herum - Schritt nach rechts mit rechts - Oberkörper nach rechts drehen/öffnen (9 Uhr)
 4-5 1/4 Drehung links herum und Gewicht auf den linken Fuß - 1/2 Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts (12 Uhr)
 6&7 Schritt nach hinten mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit links
 8 Schritt nach vorn mit rechts

S2: Rock forward, shuffle back turning 1/2 l, step, pivot 1/4 l, cross-side-heel &

- 1-2 Schritt nach vorn mit links - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
 3&4 1/4 Drehung links herum und Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen, 1/4 Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links (6 Uhr)
 5-6 Schritt nach vorn mit rechts - 1/4 Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (3 Uhr)
 7& Rechten Fuß über linken kreuzen und kleinen Schritt nach links mit links
 8& Rechte Hacke schräg rechts vorn auftippen und rechten Fuß an linken heransetzen
 (**Ende:** Der Tanz endet nach '1-2' in der 7. Runde - Richtung 12 Uhr; zum Schluss '3 Schritte auf der Stelle, dabei eine volle Umdrehung links herum ausführen (l - r - l); Rechte Fußspitze rechts auftippen - Rechtes Knie über linkes anheben [Hit the 4] - 12 Uhr)

S3: Cross, hold, full spiral turn r, hold, rock side, behind-side-cross

- 1-2 Linken Fuß über rechten kreuzen - Halten
 3-4 Volle Umdrehung rechts herum auf dem linken Ballen - Halten
 5-6 Schritt nach rechts mit rechts - Gewicht zurück auf den linken Fuß
 7&8 Rechten Fuß hinter linken kreuzen - Schritt nach links mit links und rechten Fuß über linken kreuzen

S4: Side, hold & side, hitch, 1/4 turn r, 1/2 paddle turn r

- 1-2 Schritt nach links mit links - Halten
 &3-4 Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links - Rechtes Knie anheben
 5 1/4 Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts (6 Uhr)
 6-8 3x eine 1/4 Drehung rechts herum und linke Fußspitze links auftippen (12 Uhr)
 (**Bridge:** In der 2. und 4. Runde - Richtung 6 Uhr - hier abbrechen, die Bridge tanzen und mit S5 weiter tanzen)

S5: Cross, side, behind-side-heel & cross, side, 1/2 turn r/chassé r

- 1-2 Linken Fuß über rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts
 3& Linken Fuß hinter rechten kreuzen und kleinen Schritt nach rechts mit rechts
 4& Linke Hacke schräg links vorn auftippen und linken Fuß an rechten heransetzen
 5-6 Rechten Fuß über linken kreuzen - Schritt nach links mit links
 7&8 1/2 Drehung rechts herum und Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts (6 Uhr)

S6: Cross-side-heel & cross, side, sailor step r + l

- 1& Linken Fuß über rechten kreuzen und kleinen Schritt nach rechts mit rechts
 2& Linke Hacke schräg links vorn auftippen und linken Fuß an rechten heransetzen
 3-4 Rechten Fuß über linken kreuzen - Schritt nach links mit links
 5&6 Rechten Fuß hinter linken kreuzen - Schritt nach links mit links und Gewicht zurück auf den rechten Fuß
 7&8 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts und Gewicht zurück auf den linken Fuß

S7: Brush-out-out-heel swivels, hip roll

- 1&2 Rechten Fuß nach vorn schwingen - Kleinen Schritt nach rechts mit rechts und nach links mit links
 &3 Rechte Hacke nach innen und wieder zurück drehen
 &4 linke Hacke nach innen und wieder zurück drehen
 5-8 Hüften 1x links herum kreisen lassen, dabei 4x die Knie auf und ab bewegen (Gewicht am Ende wieder links)

S8: Step, pivot 1/2 l, step-heel swivels turning 1/2 l, coaster step, walk 2

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts - 1/2 Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (12 Uhr)
 3&4 Schritt nach vorn mit rechts - Erst linke, dann rechte Hacke 1/4 Drehung nach rechts drehen (insgesamt eine 1/2 Drehung links herum, Gewicht am Ende rechts) (6 Uhr)
 5-6 Schritt nach hinten mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit links
 7-8 2 Schritte nach vorn (r - l)
 (**Omit:** In der 4. Runde - Richtung 12 Uhr - '7-8' ersetzen durch '7&8': '3 kleine Schritte nach vorn (r - l - r) mit etwas gebeugten Knien', dann **die 5. Runde mit S5 beginnen**)

Wiederholung bis zum Ende

Bridge

Rock across, side, hitch &

- 1-2 Linken Fuß über rechten kreuzen - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
 3-4 Schritt nach links mit links - Rechtes Knie anheben [Hit the 4]
 & Rechten Fuß an linken heransetzen