

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 Taktschlägen

S1: ¼ turn l/hitch, side, body turn r, pivot ¼ l, ½ turn l, coaster step, step

- 1-3 Rechtes Knie anheben in eine ¼ Drehung links herum - Schritt nach rechts mit rechts - Oberkörper nach rechts drehen/öffnen (9 Uhr)
- 4-5 ¼ Drehung links herum und Gewicht auf den linken Fuß - ½ 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 ½ l, step, pivot ¼ l, cross-side-heel &

- 1-2 Schritt nach vorn mit links - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 3&4 ¼ Drehung links herum und Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen, ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links (6 Uhr)
- 5-6 Schritt nach vorn mit rechts - ¼ 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 auf tippen 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 auf tippen - 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, ¼ turn r, ½ paddle turn r

- 1-2 Schritt nach links mit links - Halten
- 8&3-4 Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links - Rechtes Knie anheben
- 5 ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts (6 Uhr)
- 6-8 3x eine ¼ Drehung rechts herum und linke Fußspitze links auf tippen (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, ½ 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 auf tippen und linken Fuß an rechten heransetzen
- 5-6 Rechten Fuß über linken kreuzen - Schritt nach links mit links
- 7&8 ½ 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 auf tippen 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
- 8&3 Rechte Hacke nach innen und wieder zurück drehen
- 8&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 ½ l, step-heel swivels turning ½ l, coaster step, walk 2

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (12 Uhr)
- 3&4 Schritt nach vorn mit rechts - Erst linke, dann rechte Hacke ¼ Drehung nach rechts drehen (insgesamt eine ½ 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