



Coastin

Schwierigkeitsgrad: leicht-mittel

Musikvorschlag: Lord of the Dance by Michael Flatley (Ronan Hardiman)

Zählzeit/Takt

Walk 2, Kick, Back, Coaster Step, Kick Ball Change

- 1-2 Mit Rechts Schritt nach vor, mit Links Schritt nach vor
- 3-4 Mit Rechts Kick nach vor, mit Rechts Schritt nach hinten
- 5+6 Mit Links Schritt zurück, Rechts neben links abstellen, mit Links Schritt nach vor
- 7+8 Mit Rechts Kick nach vor, Rechts neben links abstellen, Gewicht zurück auf Links

Walk 2, Kick, Back, Coaster Step, Kick Ball Change

- 1-2 Mit Rechts Schritt nach vor, mit Links Schritt nach vor
- 3-4 Mit Rechts Kick nach vor, mit Rechts Schritt nach hinten
- 5+6 Mit Links Schritt zurück, Rechts neben links stellen, mit Links Schritt nach vor
- 7+8 Mit Rechts Kick nach vorne, Rechts neben links abstellen, Gewicht zurück auf Links

Heel + Toe Point right + left 2x

- 1+2 Rechte Ferse vorne auftippen, Rechts neben links abstellen, Linke Spitze neben rechts auftippen
- 3+4 Linke Ferse vorne auftippen, Links neben rechts abstellen, Rechte Spitze neben links auftippen
- 5+6 Rechte Ferse vorne auftippen, Rechts neben links abstellen, Linke Spitze neben rechts auftippen
- 7+8 Linke Ferse vorne auftippen, Links neben rechts abstellen, Rechte Spitze neben links auftippen

Heel front heel side, Triple Step

- 1-2 Rechte Ferse schräg vorne auftippen, Rechte Spitze nach rechts drehen
- 3+4 Mit Rechts beginnend einen Wechselschritt am Platz mit r-l-r
- 5-6 Linke Ferse schräg vorne auftippen, Linke Spitze nach links drehen
- 7+8 Mit Links beginnend einen Wechselschritt am Platz mit l-r-l

Step slide + clap $\frac{1}{4}$ turning shuffle, pivot $\frac{1}{2}$, shuffle forward

- 1-2 Mit Rechts Schritt rechts, Links nachziehen und klatschen
- 3+4 $\frac{1}{4}$ Rechtsdrehung + mit Rechts Schritt vor, Links hinter rechts kreuzen, mit Rechts nach vor
- 5-6 Mit Links Schritt nach vorne, $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung
- 7+8 Mit Links beginnend einen Wechselschritt nach vor l-r-l

Von Anfang an wiederholen!!!