



Disco Polka

Schwierigkeitsgrad: mittel, 32 counts
Musikvorschlag: 5,6.7.8, Tell me Ma, Polka

Kreistanz/ Aufstellung mit dem Gesicht zur Mitte

Zählzeit/Takt

Heel, Stomp, l+r, side, cross, shuffle l

- 1-2 Linke Ferse vorne auftippen, Links neben rechts abstellen
- 3-4 Rechte Ferse vorne auftippen, Rechts neben links abstellen
- 5-6 Mit Links Schritt nach links, Rechts hinter links kreuzen
- 7+8 Mit Links beginnend einen Wechselschritt nach links

Heel Stomp, r+l, side, cross, shuffle r

- 1-2 Rechte Ferse vorne auftippen, Rechts neben links abstellen
- 3-4 Linke Ferse vorne auftippen, Links neben rechts abstellen
- 5-6 Mit Rechts Schritt nach rechts, Links hinter rechts kreuzen
- 7+8 Mit Rechts beginnend einen Wechselschritt nach rechts

Step, step forward, shuffle l, step step back shuffle r

- 1-2 Mit Links Schritt vor, mit Rechts Schritt vor (zur Kreismitte)
- 3+4 Mit Links beginnend einen Wechselschritt nach links
- 5-6 Mit Rechts Schritt zurück, mit Links Schritt zurück
- 7+8 Mit Rechts beginnend einen Wechselschritt nach rechts

Side, cross, $\frac{1}{2}$ turn l, side, cross, $\frac{1}{2}$ turn r, side, step

- 1-2 Mit Links Schritt nach links, Rechts hinter links kreuzen
- 3-4 Mit Links $\frac{1}{2}$ Linksdrehung, mit Rechts Schritt nach rechts
- 5-6 Links hinter rechts kreuzen, mit Rechts $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung
- 7-8 mit Links Schritt nach links, Rechts neben Links abstellen

Von Anfang an wiederholen!!!