

Long Way Polka

Choreograaf : Sandra Baraffe & Lionel Cuvelier
Soort Dans : phrased partner dance
Niveau : Beginner / Intermediate
Tellen : deel A - 32, deel B - 16
Info : dansvolgorde: A B AAA B AA B A; Open Double Hand, heer OLOD, dame ILOD
Muziek : "Long Long Way" by Alan Jackson
Bron :

DEEL A

HEER

Sailor Step x2, Triple Step ¼ Turn, ½ R Turn

1 RV kruis achter
& LV stap naast
2 RV stap opzij
3 LV kruis achter
& RV stap naast
4 LV stap opzij
binnenste handen vast; Open Promenade
5 RV ¼ linksom, stap voor (LOD)
& LV sluit aan
6 RV stap voor
L hand heer pakt R hand dame
7 LV ½ rechtsom, stap achter (RLOD)
& RV sluit aan
8 LV stap achter

Hitch, Step, Hitch, Step, Hitch, Coaster Step, Step Turn, Step Touch

& RV hitch
1 RV stap achter
& LV hitch
2 LV stap achter
& RV hitch
3 RV stap achter
& LV sluit naast
4 RV stap voor
5 LV stap voor
6 L+R ½ draai rechtsom

onder binnenste handen door

7 LV stap voor
8 RV tik naast

R Side by Side

Wizard Step x4

1 RV stap schuin rechts voor
2 LV lock achter
& RV stap voor
3 LV stap schuin links voor
4 RV lock achter
& LV stap voor
5 RV stap schuin rechts voor
6 LV lock achter
& RV stap voor
7 LV stap schuin links voor
8 RV lock achter
& LV stap voor

DEEL A

DAME

Sailor Step x2, Triple Step ¼ Turn, ½ R Turn

1 LV kruis achter
& RV stap naast
2 LV stap opzij
3 RV kruis achter
& LV stap naast
4 RV stap opzij
binnenste handen vast; Open Promenade
5 LV ¼ rechtsom, stap voor (LOD)
& RV sluit aan
6 LV stap voor
L hand heer pakt R hand dame
7 RV ½ rechtsom, stap achter (RLOD)
& LV sluit aan
8 RV stap achter

Hitch, Step, Hitch, Step, Hitch, Coaster Step, Step Turn, Stomp x2

& LV hitch
1 LV stap achter
& RV hitch
2 RV stap achter
& LV hitch
3 LV stap achter
& RV sluit naast
4 LV stap voor
5 RV stap voor
6 R+L ½ draai linksom

onder binnenste handen door

7 RV stamp
8 RV stamp

R Side by Side

Wizard Step x4

1 RV stap schuin rechts voor
2 LV lock achter
& RV stap voor
3 LV stap schuin links voor
4 RV lock achter
& LV stap voor
5 RV stap schuin rechts voor
6 LV lock achter
& RV stap voor
7 LV stap schuin links voor
8 RV lock achter
& LV stap voor

Long Way Polka

Choreograaf : Sandra Baraffe & Lionel Cuvelier
Soort Dans : phrased partner dance
Niveau : Beginner / Intermediate
Tellen : deel A - 32, deel B - 16
Info : dansvolgorde: A B AAA B AA B A; Open Double Hand, heer OLOD, dame ILOD
Muziek : "Long Long Way" by Alan Jackson
Bron :
Blad : 2

vervolg HEER

Rock Step, Triple Step ¼ Turn, Coaster Step, Stomp x2

1 RV rock voor
2 LV gewicht terug
3 RV ¼ rechtsom, stap opzij
& LV sluit naast
4 RV stap opzij
5 LV stap achter
& RV sluit naast
6 LV stap voor
7 RV stamp
8 LV stamp

L hand hoog; Open Double Hand, OLOD

DEEL B

HEER

Point, Together, x3, Heel, Together, Rock Step, Coaster Step

1 RV tik opzij
& RV stap naast
2 LV tik opzij
& LV stap naast
3 RV tik achter
& RV stap naast
4 LV tik hak voor
& LV stap naast
5 RV rock achter
6 LV gewicht terug
7 RV stap voor
& LV sluit naast
8 RV stap achter

Point, Together, x2, Heel, Together, Point Together, Rock Step, Coaster Step

1 LV tik opzij
& LV stap naast
2 RV tik opzij
& RV stap naast
3 LV tik hak voor
& LV stap naast
4 RV tik achter
& RV stap naast
5 LV rock voor
6 RV gewicht terug
7 LV stap achter
& RV sluit naast
8 LV stap voor

vervolg DAME

Rock Step, Triple Step ¼ Turn, Rock Step, Step Turn

1 RV rock voor
2 LV gewicht terug
3 RV ¼ rechtsom, stap opzij
& LV sluit naast
4 RV stap opzij
5 LV rock achter
6 RV gewicht terug
7 LV stap voor
8 L+R ½ draai rechtsom
*draai onder opgeheven L hand heer;
Open Double Hand, ILOD*

DEEL B

DAME

Point, Together, x2, Heel, Together, Point Together, Rock Step, Coaster Step

1 LV tik opzij
& LV stap naast
2 RV tik opzij
& RV stap naast
3 LV tik hak voor
& LV stap naast
4 RV tik achter
& RV stap naast
5 LV rock voor
6 RV gewicht terug
7 LV stap achter
& RV sluit naast
8 LV stap voor

Point, Together, x3, Heel, Together, Rock Step, Coaster Step

1 RV tik opzij
& RV stap naast
2 LV tik opzij
& LV stap naast
3 RV tik achter
& RV stap naast
4 LV tik hak voor
& LV stap naast
5 RV rock achter
6 LV gewicht terug
7 RV stap voor
& LV sluit naast
8 RV stap achter