

The Trail

64 count / 2-wall /



Choreographie:

Judy McDonald

Musik:

Trail Of Tears by

Billy Ray Cyrus

Toe, heel, cross, heel, cross, heel, toe, step r

- 1, 2 Rechtes Knie nach links beugen & Fuß auf die Spitze stellen und rechte Ferse vorn auf tippen
- 3, 4 Rechte Fußspitze vor LF kreuzend auf tippen und rechte Ferse vorn auf tippen
- 5, 6 Rechte Fußspitze vor LF kreuzend auf tippen und rechte Ferse vorn auf tippen
- 7, 8 Rechtes Knie nach links beugen & Fuß auf die Spitze stellen und RF neben LF aufsetzen

Toe, heel, cross, heel, cross, heel, toe, step l

- 1, 2 Linkes Knie nach rechts beugen & Fuß auf die Spitze stellen und linke Ferse vorn auf tippen
- 3, 4 Linke Fußspitze vor RF kreuzend auf tippen und linke Ferse vorn auf tippen
- 5, 6 Linke Fußspitze vor RF kreuzend auf tippen und linke Ferse vorn auf tippen
- 7, 8 Linkes Knie nach rechts beugen & Fuß auf die Spitze stellen und LF neben RF aufsetzen

Heel, toe, heel, toe r; toe, heel, toe, heel r

- 1, 2 Re Ferse nach rechts drehen, absetzen und rechte Fußspitze nach rechts drehen, absetzen
- 3, 4 Re Ferse nach rechts drehen, absetzen und rechte Fußspitze nach rechts drehen, absetzen
- 5, 6 Linke Fußspitze nach rechts drehen, absetzen und linke Ferse nach rechts drehen, absetzen
- 7, 8 Linke Fußspitze nach rechts drehen, absetzen und linke Ferse nach rechts drehen, absetzen

Knee-pops r - l - r - l - r - l

- 1, 2 Rechtes Knie beugen und Halten
- 3, 4 Linkes Knie beugen und Halten
- 5, 6 Rechtes Knie beugen und linkes Knie beugen
- 7, 8 Rechtes Knie beugen und linkes Knie beugen **

Heel, toe r, $\frac{1}{2}$ turn l, $\frac{1}{4}$ turn l

- 1, 2 Rechte Ferse vorne auf tippen und Halten
- 3, 4 Rechte Fußspitze hinten auf tippen und Halten
- 5, 6 RF Schritt vorwärts und $\frac{1}{2}$ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 7, 8 RF Schritt vorwärts und $\frac{1}{4}$ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)

Heel, toe r, $\frac{1}{2}$ turn l, $\frac{1}{4}$ turn l

- 1 - 8 wie Schrittfolge zuvor

Step r, brush left foot front, cross, front; step l, brush right foot front, cross, front

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und LF Bodenstreifer nach vorne
- 3, 4 LF Bodenstreifer quer vor dem RF zurück und LF Bodenstreifer nach vorne
- 5, 6 LF Schritt vorwärts und RF Bodenstreifer nach vorne
- 7, 8 RF Bodenstreifer quer vor dem LF zurück und RF Bodenstreifer nach vorne

Rock steps forward, back twice

- 1, 2 RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3, 4 RF Schritt zurück (LF etwas anheben) und Gewicht vor auf LF
- 5, 6 RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 7, 8 RF Schritt zurück (LF etwas anheben) und Gewicht vor auf LF

Tanz beginnt mit ☺ wieder von vorne

Restart mit Brücke:** Im 8. Durchgang kommt eine Unterbrechung (Rhythmusänderung) in der Musik. Um wieder in den alten Rhythmus zu kommen, tanze bis Count 32 und hänge dort noch 4 weitere "schnelle Kneepops" an und zähle bis 8. Beginne dann wieder von vorne.