



Powerless

Choreographie Sue Johnstone

Count **80, 2 wall, intermediate line dance**

Musik: **Powerless by Nelly Fortado**

Rock forward r & l & bounce ½ turn l, coaster step

- 1-2 RF Schritt nach vorn , LF anheben - Gewicht zurück auf den LF
&3-4 RF an linken heran und Schritt nach vorn mit links, RF anheben - Gewicht zurück auf den RF
&5&6 LF an rechten heran und Schritt nach vorn mit rechts - Hacken 2x heben und senken, dabei
 ½ Drehung links herum ausführen (6 Uhr)
7&8 LF Schritt zurück -RF an linken heran LF kleinen Schritt nach vorn mit links

Shuffle forward, side rock, crossing shuffle, ¼ turn l, ¼ turn l

- 1&2 Cha Cha nach vorn (r - l - r)
3-4 LF Schritt nach links RF anheben - Gewicht zurück auf den RF
5 LF weit über rechten kreuzen
&6 RF etwas an linken heran gleiten lassen LF weit über rechten kreuzen
7-8 ¼ Drehung links herum RF Schritt zurück (3 Uhr) -
¼ Drehung links herum und Schritt nach links mit links (12 Uhr)

Walk 2 & heel, hold & walk 2 & heel, hold

- 1-2 2 Schritte nach vorn (r - l)
&3-4 RF Kleinen Schritt zurück und linke Hacke vorn auf tippen - Halten
&5-8 LF an rechten heran und 1-4 wiederholen

Rocking chair, step, pivot ½ l 2x

- &1-2 LF an rechten heran und RF Schritt nach vorn, L F anheben - Gewicht zurück auf den LF
3-4 Schritt zurück mit rechts, LF anheben - Gewicht zurück auf den LF
5-6 RF Schritt nach vorn- ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf LF(6 Uhr)
7-8 RF Schritt nach vorn - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf LF 12 Uhr)

Shuffle forward, rock forward, shuffle back, rock back turning ¼ l

- 1&2 LF Cha Cha nach vorn (r - l - r)
3-4 LF Schritt nach vorn RF anheben - Gewicht zurück auf den RF
5&6 LF Cha Cha zurück (l - r - l)
7-8 Schritt zurück mit rechts, LF anheben - ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links (9 Uhr)

Shuffle forward, rock forward, shuffle back, rock back turning ¼ l (3x)

- 1-24 Schrittfolge zuvor 3x wiederholen (12 Uhr)

Side rock-cross, ¼ turn r-¼ turn r-cross, side rock-cross, side, together

- 1&2 RF Schritt nach rechts LF anheben - Gewicht zurück auf LF RF über linken kreuzen
3 ¼ Drehung rechts herum LF und Schritt zurück (3 Uhr)
&4 ¼ Drehung rechts herum, Schritt nach rechts mit rechts LF über rechten kreuzen (6 Uhr)
5&6 RF Schritt nach rechts, LF anheben - Gewicht zurück auf LF und RF über linken kreuzen

7-8 LF Großen Schritt nach links - RF an linken heran

Paddle turn r + l

1 ¼ Drehung rechts herum und linke Fußspitze links auftippen (9 Uhr)

&2 Linkes Knie an den Körper heranziehen, ¼ Drehung rechts herum und linke Fußspitze links

auftippen (12 Uhr)

&3 wie &2 (3 Uhr)

&4 Linkes Knie an den Körper heranziehen, ¼ Drehung rechts herum und LF an rechten heran(6 Uhr)

5 ¼ Drehung links herum und rechte Fußspitze rechts auftippen (3 Uhr)

&6 Rechtes Knie an den Körper heranziehen, ¼ Drehung links herum und rechte Fußspitze rechts

auftippen (12 Uhr)

&7&8 2x wiederholen (6 Uhr)

Wiederholung bis zum Ende

www.tornado-ffm.de