



Like A Hero

64 counts, 2 wall, intermediate line dance

Musik: Hero von Charlotte Perrelli

Step, ½ turn r, coaster step, step, ½ turn l, sailor step

1-2 Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung rechts herum und Schritt zurück mit links (6 Uhr)

3&4 Schritt zurück mit rechts - LF an rechten heransetzen RF kleinen Schritt nach vorn

5-6 Schritt nach vorn mit links - ½ Drehung links herum und Schritt zurück mit rechts (12 Uhr)

7& LF im Kreis nach hinten schwingen und hinter rechten kreuzen – RF Schritt nach rechts

8 LF über rechten kreuzen

Side, together, locking shuffle back, ¼ turn l & side rock, crossing shuffle

1-2 Schritt nach rechts mit rechts - LF an rechten heransetzen

3&4 Cha Cha zurück, dabei bei & den LF über den rechten einkreuzen (r - l - r)

5-6 ¼ Drehung links herum und Schritt nach links mit links, RF etwas anheben (9 Uhr)

Gewicht zurück auf RF

7& LF weit über rechten kreuzen - RF etwas an linken herangleiten lassen -

8 LF weit über rechten kreuzen

Monterey turn with holds & rock forward, full turn r

1-2 Rechte Fußspitze rechts auftippen – Halten

&3-4 ½ Drehung rechts herum, RF an linken heransetzen und linke Fußspitze links

auftippen (3 Uhr) – Halten

&5-6 LF an rechten heran und Schritt nach vorn mit rechts, LF etwas anheben – Gewicht

zurück auf LF

7-½ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung rechts herum

8 LF Schritt zurück

Rock back, kick-ball-step, rock forward, shuffle in place with full turn r

1-2 Schritt zurück mit rechts, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf LF

3&4 RF nach vorn kicken - RF an linken herann und Schritt nach vorn mit links

5-6 Schritt nach vorn mit rechts, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf LF

7&8 Cha Cha auf der Stelle, dabei eine volle Umdrehung rechts herum ausführen (r - l - r)

Cross, hold, ¼ turn l-heel, hold, side rock (with hitch), chassé l

1-2 LF über rechten kreuzen (nach schräg rechts vorn drehen) – Halten

&3- ¼ Drehung links herum, Schritt zurück mit rechts linke Hacke schräg links

vorn

4 auftippen (12 Uhr) – Halten

5-6 Schritt nach links mit links, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf RF
(linkes Knie über rechtes anheben)

7&8 Schritt nach links mit links – RF an linken heran und Schritt nach links mit links

Rock back, kick-ball-cross, stomp side, hold, sailor cross turning $\frac{1}{4}$ l

1-2 RF Schritt zurück LF etwas anheben - Gewicht zurück auf LF

3&4 RF nach schräg rechts vorn kicken - RF an linken heran LF über rechten kreuzen

5-6 RF rechts aufstampfen – Halten

7&8 LF hinter rechten kreuzen $\frac{1}{4}$ Drehung links herum (9 Uhr)-RF an linken heran LF über rechten kreuzen

Side, drag, kick-ball-cross, side, together, shuffle forward

1- Großen Schritt nach rechts mit rechts (Körper nach links drehen) -

2 LF an den rechten heranziehen

3&4 LF nach schräg links vorn kicken - LF an rechten heran RF über linken kreuzen

5-6 (wieder nach vorn drehen) LF Schritt nach links - RF an linken heran

7&8 Cha Cha nach vorn (l - r - l)

Rock forward, shuffle back turning $\frac{3}{4}$ r, rock forward, coaster step

1-2 RF Schritt nach vorn , LF etwas anheben - Gewicht zurück auf LF

3&4 Cha Cha zurück, dabei eine $\frac{3}{4}$ Drehung rechts herum ausführen (r - l - r) (6 Uhr)

5-6 LF Schritt nach vorn , RF etwas anheben - Gewicht zurück auf RF

7&8 LF Schritt zurück - RF an linken heran LF kleinen Schritt nach vorn

Wiederholung bis zum Ende

Tag/Brücke (nach Ende der 2. Runde)

Rock forward & heel, hold & rock forward, shuffle back turning $\frac{1}{2}$ r

1-2 RF Schritt nach vorn, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf LF

&3-4 RF kleinen Schritt zurück mit rechts und linke Hacke vorn auftippen – Halten

&5-6 LF an rechten heran Schritt nach vorn mit rechts, LF etwas anheben - Gewicht zurück

auf LF

7&8 Cha Cha zurück, dabei $\frac{1}{2}$ Drehung rechts herum ausführen (r - l - r) (6 Uhr)

Rock forward & heel, hold & rock forward, shuffle back turning $\frac{1}{2}$ l

1-8 wie Schrittfolge zuvor, aber spiegelbildlich mit links beginnend (12 Uhr)

Tag/Brücke (nach Ende der 4. Runde)

Step, pivot $\frac{1}{2}$ l 2x

1-2 RF Schritt nach vorn - $\frac{1}{2}$ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am

Ende links (6 Uhr)

3-4 wie 1-2 (12 Uhr)

<http://www.tornado-ffm.de>

märz 2012