



Up

Choreographie: Alison Biggs & Peter Metelnick

64 count, 2 wall, intermediate line dance

Musik:Up (ft. Demi Lovato) von Olly Murs

Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen

Step, sailor step l + r (traveling forward), rock forward, ½ turn l, ½ turn l

- 1 Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts
- 2&3 LF hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts und Schritt nach schräg links vorn mit links
- 4&5 RF hinter linken kreuzen – LF Schritt nach links und RF Schritt nach schräg rechts vorn
- 6-7 Schritt nach vorn mit links, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF
- 8-1 ½ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links - ½ Drehung links herum und RF Schritt nach hinten

Back, coaster step, step, heel & touch, heel & touch

- 2 LF Schritt nach hinten
- 3&4 RF Schritt nach hinten - LF an rechten heran und RF kleinen Schritt nach vorn
- 5 LF Schritt nach vorn
- 6&7 Rechte Hacke vorn auf tippen - RF an linken heran und LF neben rechtem auf tippen
- 8&1 Linke Hacke vorn auf tippen - Rinken Fuß an rechten heran und RF neben linkem auf tippen

Kick & point & point, sailor step, behind-side-cross

- 2&3 RF nach vorn kicken - RF an linken heran und linke Fußspitze links auf tippen
- &4 LF an rechten heran und rechte Fußspitze rechts auf tippen
- 5&6 RF hinter linken kreuzen - Schritt nach links mit links und RF Gewicht zurück
- 7&8 LF hinter rechten kreuzen – RF Schritt nach rechts und LF über rechten kreuzen

Side, hold & side & side, rock across, ¼ turn l/shuffle forward

- 1-2 RF Schritt nach rechts - Halten
- &3 LF an rechten heran und RF Schritt nach rechts
- &4 Wie &3
- 5-6 LF über rechten kreuzen, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF
- 7&8 ¼ Drehung links herum und LF Schritt nach vorn (9 Uhr) - RF an linken heran und LF Schritt nach vorn

½ turn l, ½ turn l, shuffle forward, rock forward & step, pivot ¼ l

- 1-2 ½ Drehung links herum und RF Schritt nach hinten - ½ Drehung links herum und LF Schritt nach vorn
- 3&4 Schritt nach vorn mit rechts - LF an rechten heran und RF Schritt nach vorn
- 5-6 Schritt nach vorn mit links, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF
- &7-8 LF an rechten heran und RF Schritt nach vorn - ¼ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (6 Uhr)

Cross, back-side-cross, side, ¼ turn l/coaster step, ½ turn l, ½ turn l

1-2 RF über linken kreuzen – LF Schritt nach hinten

&3-4 RF Schritt nach rechts und LF über rechten kreuzen – RF Schritt nach rechts

5&6 ¼ Drehung links herum und LF Schritt nach hinten (3 Uhr) - RF an linken heran und LF kleinen Schritt nach vorn

7-8 ½ Drehung links herum und RF Schritt nach hinten - ½ Drehung links herum und LF Schritt nach vorn

Step, pivot ¼ l, shuffle across, ¼ turn r, ¼ turn r, shuffle across

1-2 RF Schritt nach vorn - ¼ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (12 Uhr)

3&4 RF weit über linken kreuzen - LF etwas an rechten heranziehen und RF weit über linken kreuzen

5-6 , ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links - ¼ Drehung rechts herum und RF Schritt nach rechts (6 Uhr)

7&8 LF weit über rechten kreuzen - RF etwas an linken heranziehen und LF weit über rechten kreuzen

Rock side & rock side, touch forward, point, coaster step

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

&3-4 RF an linken heran und LF Schritt nach links, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF

5-6 Linke Fußspitze vorn auftippen - Linke Fußspitze links auftippen

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

(Ende: Der Tanz endet hier in der 6. Runde - Richtung 12 Uhr; zum Schluss 'Schritt nach vorn mit rechts, Arme und Blick nach oben')

Wiederholung bis zum Ende

Tag/Brücke (nach Ende der 1. und 3. Runde - 6 Uhr)

Rock side & rock side, touch forward, point, coaster step

1-8Wie Schrittfolge 8

Tag/Brücke (nach Ende der 2. Runde - 12 Uhr)

Rocking chair

1-2Schritt nach vorn mit rechts, LF etwas anheben (Arme und Blick nach oben 'Up') - Gewicht zurück auf den LF

3-4Schritt nach hinten mit rechts, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den LF

[Tornado](#)

Sept 2015