

Heel Toe Polka

32 counts / 1 wall /

Beginner Circle Couple Dance



Choreographie: Unbekannt

Musik: Heel and Toe Polka The Bushwackers (120bpm)
Cotton Eye Joe Mark Geslison & Geoff Groburg (117bpm)

Formation: Die Paare stehen im Kreis in Ballroomhaltung, Blickrichtung des Mannes **gegen** und die der Frau **im** Uhrzeigersinn.

Women steps

1 – 8 2x Heel & Toe R, 2x Sideways R

- 1, 2 RF Ferse diagonal rechts aufsetzen,
RF Fussspitze neben dem LF aufsetzen
- 3, 4 RF Ferse diagonal rechts aufsetzen,
RF Fussspitze neben dem LF aufsetzen
- 5+6+ Richtung Kreismitte:
RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen,
RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen
- 7+8 RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen,
RF Schritt nach rechts

9-16 2x Heel & Toe L, 2x Sideways L

- 1, 2 LF Ferse diagonal links aufsetzen,
LF Fussspitze neben RF aufsetzen
- 3, 4 LF Ferse diagonal links aufsetzen,
LF Fussspitze neben RF aufsetzen
- 5+6+ Richtung Aussenkreis:
LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen,
LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen
- 7+8 LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen,
LF Schritt nach links

17–24 3x Clap With Your Partners Right Hand, 3x Clap With Your Partners Left Hand, 3x Clap Your Own Knees, 3x Clap With Your Own Hands

- 1+2 3x mit der re Hand auf die re Hand des
Partners klatschen
- 3+4 3x mit der li Hand auf die li Hand des
Partners klatschen
- 5+6 3x mit beiden Händen auf die eigenen Knie
klatschen
- 7+8 3x mit den Händen klatschen

25–32 Right Arm Full Turn (3x Shuffle), 1x Shuffle To The Next Partner

- 1-6 3x Shuffle (ganzer Kreis) im Uhrzeigersinn
mit eingehängtem rechten Arm des
Partners (beginnen mit RF)
- 7+8 1x Shuffle geradeaus zum nächsten
Partner (im Uhrzeigersinn)

Men Steps

1 – 8 2x Heel & Toe L, 2x Sideways L

- 1, 2 LF Ferse diagonal links aufsetzen,
LF Fussspitze neben dem RF aufsetzen
- 3, 4 LF Ferse diagonal links aufsetzen,
LF Fussspitze neben dem RF aufsetzen
- 5+6+ Richtung Kreismitte:
LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen,
LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen
- 7+8 LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen,
LF Schritt nach links

9-16 2x Heel & Toe R, 2x Sideways R

- 1, 2 RF Ferse diagonal rechts aufsetzen,
RF Fussspitze neben LF aufsetzen
- 3, 4 RF Ferse diagonal rechts aufsetzen,
RF Fussspitze neben LF aufsetzen
- 5+6+ Richtung Aussenkreis:
RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen,
RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen
- 7+8 RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen,
RF Schritt nach rechts

17–24 3x Clap With Your Partners Right Hand, 3x Clap With Your Partners Left Hand, 3x Clap Your Own Knees, 3x Clap With Your Own Hands

- 1+2 3x mit der re Hand auf die re Hand des
Partners klatschen
- 3+4 3x mit der li Hand auf die li Hand des
Partners klatschen
- 5+6 3x mit beiden Händen auf die eigenen Knie
klatschen
- 7+8 3x mit den Händen klatschen

25–32 Right Arm Full Turn (3x Shuffle), 1x Shuffle To The Next Partner

- 1-6 3x Shuffle (ganzer Kreis) im Uhrzeigersinn
mit eingehängtem rechten Arm des
Partners (beginnen mit RF)
- 7+8 1x Shuffle geradeaus zum nächsten
Partner (im Uhrzeigersinn)

Tanz beginnt wieder von vorne

RF = rechter Fuss

LF = linker Fuss