

Choreographie:

Gaye Teather

10/2007

Musik:

How Long

The Eagles

**SIDE ROCK, CROSS SHUFFLE, ¼ TURN RIGHT (TWICE), CROSS, HOLD & CLAP**

- 1, 2 RF Schritt nach rechts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3 + 4 RF weit über dem LF kreuzen, LF etwas zum RF heransetzen, RF weiter über dem LF kreuzen
- 5 ¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück
- 6 ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt nach rechts
- 7, 8 LF vor dem RF kreuzen und Halten & klatschen

**SIDE ROCK, CROSS SHUFFLE, ¼ TURN RIGHT (TWICE), CROSS, HOLD & CLAP**

- 1, 2 RF Schritt nach rechts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3 + 4 RF weit über dem LF kreuzen, LF etwas zum RF heransetzen, RF weiter über dem LF kreuzen
- 5 ¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück
- 6 ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt nach rechts
- 7, 8 LF vor dem RF kreuzen und Halten & klatschen

**FORWARD ROCK, WALK BACK RIGHT, LEFT, BACK ROCK, FORWARD RIGHT, TOUCH**

- 1, 2 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3, 4 RF Schritt zurück und LF Schritt zurück
- 5, 6 RF Schritt zurück (LF leicht anheben) und Gewicht vor auf LF
- 7, 8 RF Schritt vorwärts und LF neben RF auftippen

**ROCK (X 4), JAZZ BOX, TOUCH**

- 1, 2 LF Schritt nach links (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 3, 4 LF Schritt nach links (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 5, 6 LF vor dem RF kreuzen und RF Schritt zurück
- 7, 8 LF Schritt nach links und RF neben LF auftippen \*\*

**CHASSE RIGHT, BACK ROCK, KICK BALL CROSS, KICK BALL CROSS**

- 1 + 2 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen, RF Schritt nach rechts
- 3, 4 LF Schritt zurück (RF leicht anheben) und Gewicht vor auf RF
- 5 + 6 LF nach vorne kicken, linken Fußballen neben RF absetzen, RF vor dem LF kreuzen
- 7 + 8 LF nach vorne kicken, linken Fußballen neben RF absetzen, RF vor dem LF kreuzen  
Bei den Counts 5 – 8 den Körper leicht nach schräg links drehen

**CHASSE LEFT, BACK ROCK, KICK BALL CROSS, KICK BALL CROSS**

- 1 + 2 LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach links
- 3, 4 RF Schritt zurück (LF leicht anheben) und Gewicht vor auf LF
- 5 + 6 RF nach vorne kicken, rechten Fußballen neben LF absetzen, LF vor dem RF kreuzen
- 7 + 8 RF nach vorne kicken, rechten Fußballen neben LF absetzen, LF vor dem RF kreuzen  
Bei den Counts 5 – 8 den Körper leicht nach schräg rechts drehen

**¼ RIGHT, ½ RIGHT, BACK ROCK, FULL TURN LEFT (TRAVELING FORWARD), WALK, WALK**

- 1, 2 ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt vorwärts und ½ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt
- 3, 4 zurück
- 5, 6 RF Schritt zurück (LF leicht anheben) und Gewicht vor auf LF
- 7, 8 ½ Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück und ½ Linksdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts  
RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts

**HEEL SWITCHES (X 3), CLAP, HIP BUMPS FORWARD (TWICE) HIP BUMPS BACK (TWICE)**

- 1 + Rechte Ferse vorne auftippen und RF neben LF absetzen
- 2 + Linke Ferse vorne auftippen und LF neben RF absetzen
- 3, 4 Rechte Ferse vorne auftippen und Halten & klatschen
- 5 + 6 Hüften nach vorne, hinten, vorne schwingen
- 7 + 8 Hüften nach hinten, vorne, hinten schwingen

**Restart & Brücke \*\*: Im 2. Durchgangs tanze die ersten 32 Counts, dann die nachfolgenden 4 Counts und beginne wieder von vorne**

- 1, 2 RF Schritt nach rechts und LF neben RF auftippen
- 3, 4 LF Schritt nach links und RF neben LF auftippen

Tanz beginnt wieder von vorne

-