

Austrian Country Western Dance Association

Bodyguard

Choreografie: Daniel Trepát & Pim van Grootel
Beschreibung: 32 Count, 4 Wall, ÖCWTA-Gold 2017: GE
Musik: "You Can Call Me Al" by Paul Simon (128 BPM)
Intro: 32 Counts (ca. 15 sec)
Ende der Tanzzeit: 2 Minuten ab Intro

1- 8 Heel & Heel & Stomp Up, "Roll up", Walk 2x, Step Turn (1/4 L)

1&2 RF Ferse vorne auf tippen, RF schließt neben LF, LF Ferse vorne auf tippen
 &3,4 LF schließt neben RF, RF neben LF auf stampfen (ohne Gewichtswechsel),
 dabei Körper nach oben rollen (aufrichten, Option: „Body Roll“),
 5, 6 RF Schritt nach vorne, LF Schritt nach vorne,
 7, 8 RF Schritt nach vorne, ¼ Li-Drehung und Gewicht auf LF verlagern (9:00)

9-16 3 Walks back, Touch, Turn (1/4 L), Step, Turn (1/4 L), Step, Turn (1/2 L), Step, Kick

1,2,3 RF Schritt nach hinten, LF Schritt nach hinten, RF nach hinten
 (Option: Styling: während der Schritte beide Fußspitzen nach außen und innen drehen)
 4 LF neben RF auf tippen,
 5 ¼ Li-Drehung und LF Schritt nach vorne (6:00)
 6 ¼ Li-Drehung und RF Schritt nach rechts (3:00)
 7 1/2 Li-Drehung und LF Schritt nach links (9:00)
 8 RF Kick nach rechts, dabei mit der linken Hand (Zeigefinger) nach schräg links oben zeigen

17-24 Turn (1/4 R), Turn (1/4 R) with Scuff, Step, Scuff, Turn (1/4 L) with Hitch (3x)

1, 2 ¼ Re-Drehung und RF Schritt nach vorne, ¼ Re-Drehung und LF Ferse über den Boden schleifen (3:00)
 3,4,5 LF Schritt nach links und RF Ferse über den Boden schleifen, RF Schritt nach rechts
 6 ¼ Li-Drehung und dabei das linke Knie hochziehen (12:00)
 7 ¼ Li-Drehung und dabei das linke Knie hochziehen (9:00)
 8 ¼ Li-Drehung und dabei das linke Knie hochziehen (6:00)

25-32 Step, Hold, Step, Hold, 3 Walks with Turn (3 / 4 L), Hold

1, 2 LF Schritt nach vorne, Halten
 3, 4 RF Schritt nach vorne, Halten
 (Option: Styling: während der Schritte das freie Knie beugen-„Knee Pops“)
 5 ¼ Li-Drehung und LF Schritt nach vorne (3:00)
 6 ¼ Li-Drehung und RF Schritt nach vorne (12:00)
 7 ¼ Li-Drehung und LF Schritt nach vorne
 8 Halten (9:00)

Move like a „Bodyguard“ and have fun!!!

Änderungen vorbehalten/ACWDA2016

Seite 1 von 1

Sponsor

