



One Day

Schwierigkeitsgrad: Beginner Catalan

32 counts/ 4 Wall

Choreographie: Mario & Lilly Hollnsteiner

Musik: 3,2,1 by Tucker Wetmore

Sect: 1

Back rock R, kick-hook-kick R, flick & ½ turn R

- 1, 2 RF Schritt zurück & LF leicht anheben, Gewicht auf LF
- 3, 4 RF kick vor, RF vor LF hochheben
- 5, 6 RF kick vor, RF nach hinten hochheben & ½ Rechtsdrehung
- 7, 8 RF kick vor, RF vor LF hochheben

Sect: 2

Step-lock-step R, stomp L, back rock L, stomp L-2x

- 1, 2 RF Schritt vor, LF hinter RF einkreuzen
- 3, 4 RF Schritt vor, LF neben RF aufstampfen
- 5, 6 LF Schritt zurück & RF leicht anheben, Gewicht auf RF
- 7, 8 LF neben RF aufstampfen - 2x

Sect: 3

Toe heel swivel & ¼ turn L, scuff R, jazzbox cross R

- 1, 2 LF Spitze nach links drehen, LF Ferse nach links drehen
- 3, 4 ¼ Linksdrehung & LF Spitze nach links drehen, RF neben LF mit der Ferse über den Boden streifen
- 5, 6 RF vor LF kreuzen, LF Schritt zurück
- 7, 8 RF Schritt rechts, LF vor RF kreuzen

Sect: 4

Touch R, cross R, touch L, cross L, kick R, stomp R, flick R, stomp R

- 1, 2 RF rechts auftippen, RF vor LF kreuzen
- 3, 4 LF links auftippen, LF vor RF kreuzen
- 5, 6 RF kick vor, RF neben LF aufstampfen
- 7, 8 RF nach hinten hochheben, RF neben LF aufstampfen

Viel Spass – Ghost City Linedancer

www.country-freunde-haag.at