

Good Morning Polka

Choreographie	Robert Hahn
Beschreibung	32 Count, 4 Wall, Polka (Lilt)
Kategorie	ÖCWTA Gold, G1, Country
Musik	We Only Live Once – Shannon Noll
Intro	8 Counts

1-8 Rock Step, Triple Back 2x, Back Rock

- 1,2 RF Schritt vorwärts, Gewicht zurück auf LF verlagern
- 3&4 RF Schritt rückwärts, LF zum RF schließen, RF Schritt rückwärts
- 5&6 LF Schritt rückwärts, RF zum LF schließen, LF Schritt rückwärts
- 7,8 RF Schritt rückwärts, Gewicht wieder zurück auf LF verlagern

9-16 Side Rock, Behind Side Cross, ¼ Turn Triple Step, 2x ½ Turn

- 1,2 RF Schritt zur Seite, Gewicht wieder zurück auf LF verlagern
- 3&4 RF hinter LF kreuzen, LF Schritt zur Seite, RF vor LF kreuzen
- 5&6 ¼ Drehung l und LF Schritt vorwärts, RF zum LF schießen, LF Schritt vorwärts 9:00
- 7,8 ½ Drehung l und RF Schritt zurück, ½ Drehung l und LF Schritt vorwärts 9:00

17-24 Rock Step, 2x ½ Triple Turn, Back Rock

- 1,2 RF Schritt vorwärts, Gewicht zurück auf LF verlagern
- 3&4 ¼ Drehung r und RF Schritt zur Seite, LF zum RF schließen, ¼ Drehung r und RF Schritt vorwärts 3:00
- 5&6 ¼ Drehung r und LF Schritt zur Seite, RF zum LF schließen, ¼ Drehung r und RF Schritt rückwärts 9:00
- 7,8 RF Schritt rückwärts, Gewicht wieder zurück auf LF verlagern

25-32 Side Rock, ¼ Sailor Turn, ¼ Turn Triple Step, Step, ½ Turn

- 1,2 RF Schritt zur Seite, Gewicht wieder zurück auf LF verlagern
- 3&4 ¼ Drehung r und RF hinter LF kreuzen, LF Schritt zur Seite, RF Schritt zur Seite 12:00
- 5&6 ¼ Drehung l und LF Schritt vorwärts, RF zum LF schließen, LF Schritt vorwärts 9:00
- 7,8 RF Schritt vorwärts, ½ Drehung l (Gewicht auf LF) 3:00