

The Trail 64 count / 2 wall / Intermediate

Choreographie: Judy McDonald

Musik: Trail Of Tears - Billy Ray Cyrus



Toe, heel, cross, heel, cross, heel, toe, step r

- 1, 2 Rechtes Knie nach links beugen & Fuß auf die Spitze stellen und rechte Ferse vorn auf tippen
- 3, 4 Rechte Fußspitze vor LF kreuzend auf tippen und rechte Ferse vorn auf tippen
- 5, 6 Rechte Fußspitze vor LF kreuzend auf tippen und rechte Ferse vorn auf tippen
- 7, 8 Rechtes Knie nach links beugen & Fuß auf die Spitze stellen und RF neben LF aufsetzen

Toe, heel, cross, heel, cross, heel, toe, step l

- 1, 2 Linkes Knie nach rechts beugen & Fuß auf die Spitze stellen und linke Ferse vorn auf tippen
- 3, 4 Linke Fußspitze vor RF kreuzend auf tippen und linke Ferse vorn auf tippen
- 5, 6 Linke Fußspitze vor RF kreuzend auf tippen und linke Ferse vorn auf tippen
- 7, 8 Linkes Knie nach rechts beugen & Fuß auf die Spitze stellen und LF neben RF aufsetzen

Heel, toe, heel, toe r; toe, heel, toe, heel r

- 1, 2 Rechte Ferse nach rechts drehen, absetzen und rechte Fußspitze nach rechts drehen, absetzen
- 3, 4 Rechte Ferse nach rechts drehen, absetzen und rechte Fußspitze nach rechts drehen, absetzen
- 5, 6 Linke Fußspitze nach rechts drehen, absetzen und linke Ferse nach rechts drehen absetzen
- 7, 8 Linke Fußspitze nach rechts drehen, absetzen und linke Ferse nach rechts drehen, absetzen

Kneepops r l r l r l

- 1, 2 Rechtes Knie beugen und Halten
- 3, 4 Linkes Knie beugen und Halten
- 5, 6 Rechtes Knie beugen und linkes Knie beugen
- 7, 8 Rechtes Knie beugen und linkes Knie beugen

Heel, toe r, ½ turn l, ¼ turn l

- 1, 2 Rechte Ferse vorne auf tippen und Halten
- 3, 4 Rechte Fußspitze hinten auf tippen und Halten
- 5, 6 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 7, 8 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)

Heel, toe r, ½ turn l, ¼ turn l

- 1 - 8 wie Schrittfolge zuvor

Step r, brush left foot front, cross, front; step l, brush right foot front, cross, front

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und LF Bodenstreifer nach vorne
- 3, 4 LF Bodenstreifer quer vor dem RF zurück und LF Bodenstreifer nach vorne
- 5, 6 LF Schritt vorwärts und RF Bodenstreifer nach vorne
- 7, 8 RF Bodenstreifer quer vor dem LF zurück und RF Bodenstreifer nach vorne

Rock steps forward, back twice

- 1, 2 RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3, 4 RF Schritt zurück (LF etwas anheben) und Gewicht vor auf LF
- 5, 6 RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 7, 8 RF Schritt zurück (LF etwas anheben) und Gewicht vor auf LF

Wenn man das 4. Mal auf die rückwärtige Wand schaut, kommt eine Unterbrechung in der Musik. Um wieder in den Rhythmus zu kommen, werden an der Schrittfolge 4 noch 4 weitere schnelle "Kneepops" angehängt und es wird anschließend mit Schrittfolge 1 fortgesetzt.

Tanz beginnt wieder von vorne