



UP

Choreographie: Alison Biggs & Peter Metelnick

Beschreibung:

64 count, 2 wall, intermediate line dance

Musik:Up (ft. Demi Lovato) von Olly Murs

Hinweis:

Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen

Step, sailor step l + r (traveling forward), rock forward, ½ turn l, ½ turn l

- 1 RF Schritt nach schräg rechts vorn
- 2&3 LF hinter rechten kreuzen – RF Schritt nach rechts – LF Schritt nach schräg links vorn
- 4&5 RF hinter linken kreuzen – LF Schritt nach links RF -Schritt nach schräg rechts vorn
- 6-7 LF Schritt nach vorn , RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF
- 8-1 ½ Drehung links herum LF Schritt nach vorn - ½ Drehung links herum
RF Schritt nach hinten

Back, coaster step, step, heel & touch, heel & touch

- 2 LF Schritt nach hinten
- 3&4 RF Schritt nach hinten - LF an rechten heran RF kleinen Schritt nach vorn
- 5 LF Schritt nach vorn
- 6&7 Rechte Hacke vorn auftippen - RF an linken heran und LF neben rechtem auftippen
- 8&1 Linke Hacke vorn auftippen - LF an rechten heran - RF neben linkem auftippen

Kick & point & point, sailor step, behind-side-cross

- 2&3 RF nach vorn kicken - RF an linken heran - linke Fußspitze links auftippen
- &4 LF an rechten heran und rechte Fußspitze rechts auftippen
- 5&6 RF hinter linken kreuzen - LF Schritt nach links- Gewicht zurück auf den RF
- 7&8 LF hinter rechten kreuzen - RF Schritt nach rechts LF über rechten kreuzen

Side, hold & side & side, rock across, ¼ turn l/shuffle forward

- 1-2 RF Schritt nach rechts - Halten
- &3 LF an rechten heran und RF Schritt nach rechts
- &4 LF an rechten heran und RF Schritt nach rechts
- 5-6 LF über rechten kreuzen, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF
- 7&8 ¼ Drehung links herum - Schritt nach vorn LF (**9 Uhr**) - RF an linken heran
LF Schritt nach vorn

½ turn l, ½ turn l, shuffle forward, rock forward & step, pivot ¼ l

- 1-2 ½ Drehung links herum RF Schritt nach hinten - ½ Drehung links herum
LF Schritt nach vorn
- 3&4 RF Schritt nach vorn - LF an rechten heran und RF Schritt nach vorn
- 5-6 LF Schritt nach vorn, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF
- &7-8 LF an rechten heran - RF Schritt nach vorn - ¼ Drehung links herum auf beiden
Ballen, Gewicht am Ende links (**6 Uhr**)

Cross, back-side-cross, side, ¼ turn l/coaster step, ½ turn l, ½ turn l

- 1-2 RF über linken kreuzen - LF Schritt nach hinten
- &3-4 RF Schritt nach rechts LF über rechten kreuzen - RF Schritt nach rechts
- 5&6 ¼ Drehung links herum - LF Schritt nach hinten (**3 Uhr**) - RF an linken heran –
LF kleinen Schritt nach vorn
- 7-8 ½ Drehung links herum RF Schritt nach hinten - ½ Drehung links herum
LF Schritt nach vorn

Step, pivot ¼ l, shuffle across, ¼ turn r, ¼ turn r, shuffle across

- 1-2 RF Schritt nach vorn - ¼ Drehung links herum auf beiden Ballen,
Gewicht am Ende links (**12 Uhr**)
- 3&4 RF weit über linken kreuzen - LF etwas an rechten heranziehen und RF weit über
linken kreuzen
- 5-6 ¼ Drehung rechts herum - LF Schritt nach hinten - ¼ Drehung rechts herum
RF Schritt nach rechts (**6 Uhr**)
- 7&8 LF weit über rechten kreuzen - RF etwas an linken heranziehen LF weit über rechten
kreuzen

Rock side & rock side, touch forward, point, coaster step

- 1-2 RF Schritt nach rechts, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den LF
- &3-4 RF an linken heran LF Schritt nach links, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf RF
- 5-6 Linke Fußspitze vorn auftippen - Linke Fußspitze links auftippen
- 7&8 LF Schritt nach hinten - RF an linken heran - LF kleinen Schritt nach vorn

(Ende: Der Tanz endet hier in der 6. Runde - Richtung 12 Uhr; zum Schluss 'Schritt nach vorn RF, Arme und Blick nach oben')

Wiederholung bis zum Ende

Tag/Brücke (nach Ende der 1. und 3. Runde - 6 Uhr)

Rock side & rock side, touch forward, point, coaster step

1-8 Wie Schrittfolge 8

Tag/Brücke (nach Ende der 2. Runde - 12 Uhr)

Rocking chair

- 1-2 RF Schritt nach vorn, LF etwas anheben (Arme und Blick nach oben 'Up') -
Gewicht zurück auf den LF
- 3-4 RF Schritt nach hinten, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den LF

[tornado](#)