

One Step Forward And Two Steps Back



Level: 20 counts / 4-wall / Beginner
Choreografie: Betty Wilson & Charlotte Lucia
Musik: One Step Forward - The Desert Rose Band
Poor Boy Shuffle - The Tractors
Days Gone By - James House
Honky Tonk Christmas - Alan Jackson
Weihnachten mit den Cowboys - Die Truck-Tors

DIAGONAL LEFT SIDE: ONE STEP FORWARD AND TWO STEPS BACK, TOUCHES (Diagonal linke Seite: 1 Schritt vorwärts und 2 zurück)

- 1, 2 LF diagonal nach links vorn stellen, RF neben den LF tippen
- 3, 4 RF diagonal nach rechts hinten stellen, LF neben den RF stellen
- 5, 6 RF diagonal nach rechts hinten stellen, LF neben den RF tippen

SIDE, SLIDE, SIDE, TOUCH

- 1, 2 LF nach links zur Seite stellen, RF neben den LF stellen
- 3, 4 LF nach links zur Seite stellen, RF neben den LF tippen

DIAGONAL RIGHT SIDE: ONE STEP FORWARD AND TWO STEPS BACK, TOUCHES (Diagonal rechte Seite: 1 Schritt vorwärts und 2 zurück)

- 1, 2 RF diagonal nach rechts vorn stellen, LF neben den RF tippen
- 3, 4 LF diagonal nach links hinten stellen, RF neben den LF stellen
- 5, 6 LF diagonal nach links hinten stellen, RF neben den LF tippen

SIDE, SLIDE, ¼ TURN R, TOUCH

- 1, 2 RF nach rechts zur Seite stellen, LF neben den RF stellen
- 3, 4 auf LF ¼ Drehung rechts herum und RF nach vorn stellen, LF neben den RF tippen

Der Tanz beginnt wieder von vorne.

Bemerkung: Der Tanz lässt sich sehr gut auch als Partnertanz (in der Country Western Closed Position) tanzen. Die Dame tanzt dabei dem Herrn gegenüber alle Schritte spiegelbildlich. Beim vorletzten Count dreht sich die Dame ¼ Drehung rechts herum und stellt den LF (weit) nach links hinten, um weiterhin dem Herrn gegenüber zu stehen.