

# Colorado Girls



**Choreographie:** Dan Albro

**Beschreibung:** 32 Counts, Progressive Circle Dance, ECS

**Musik:** Colorado Girl by the High Rollers oder  
Hearts & Flowers by Dave Sheriff (132 BPM)

**Startposition:** Die Paare stehen im Kreis, der Mann steht innen und schaut nach außen, die Frau steht außen und schaut nach innen. Der Mann hält beide Hände in Bauch/Brusthöhe, Handflächen zeigen nach oben. Die Frau hält beide Hände in Bauch/Brusthöhe, Handflächen zeigen nach unten. Sie legt ihre Hände auf die Hände ihres Partners.

## Herr:

### **1-8 Triple step side l, rock step, triple step side r, rock step**

1 + 2 Triple Step nach links (l-r-l)

3, 4 RF Schritt rückwärts, LF entlasten, am Ende Gewicht LF und RF entlasten

5 + 6 Triple Step nach rechts (r-l-r)

7, 8 LF Schritt rückwärts, RF entlasten, am Ende Gewicht RF und LF entlasten

## Herr:

### **2-16 Weave, lunge, rock step**

1, 2 LF Schritt nach links, RF hinter LF kreuzen

3, 4 LF Schritt nach links, RF vor LF kreuzen

5, 6 LF großen Schritt nach links, RF neben LF auftippen

7, 8 RF Schritt rückwärts, LF entlasten, am Ende Gewicht LF und RF entlasten

## Herr:

### **17-24 Triple 1/2 turn forward, rock step, triple step side l+r**

**Hände auslassen**

1 + 2 1/4 Drehung links, dabei RF Schritt vorwärts (9:00 Uhr), LF an RF anschließen,  
1/4 Drehung links, dabei RF Schritt rückwärts (6:00 Uhr)

3, 4 LF Schritt rückwärts, RF entlasten, am Ende Gewicht RF und LF entlasten

**Hände wieder in Anfangsposition geben (Herr unten, Dame oben)**

5 + 6 Triple Step nach links (l-r-l)

7 + 8 Triple Step nach rechts (r-l-r)

## Herr:

### **25-32 Rock step, triple 1/4 turn 2x (dabei Seiten wechseln), rock step**

1, 2 LF Schritt rückwärts, RF entlasten, am Ende Gewicht RF und LF entlasten

3 + 4 LF an RF heransetzen und belasten, 1/4 Drehung links (3:00 Uhr), dabei Schritt am Platz, LF Schritt am Platz

**Rechte Hand auslassen, unter der linken Hand durchtanzen**

5 + 6 RF Schritt nach rechts, 1/4 Drehung links (12:00 Uhr), dabei Schritt am Platz,  
RF Schritt am Platz

**Hände wieder in Anfangsposition geben (Herr unten, Dame oben)**

7, 8 LF Schritt rückwärts, RF entlasten, am Ende Gewicht RF und LF entlasten

**Dame:**

**1-8 Triple step side r, rock step, triple step side l, rock step**

- 1 + 2 Triple Step nach rechts (r-l-r)
- 3, 4 LF Schritt rückwärts, RF entlasten, am Ende Gewicht RF und LF entlasten
- 5 + 6 Triple Step nach links (l-r-l)
- 7, 8 RF Schritt rückwärts, LF entlasten, am Ende Gewicht LF und RF entlasten

**Dame:**

**2-16 Weave, lunge, rock step**

- 1, 2 RF Schritt nach rechts, LF hinter RF kreuzen
- 3, 4 RF Schritt nach rechts, LF vor RF kreuzen
- 5, 6 RF großen Schritt nach rechts, LF neben RF auftippen
- 7, 8 LF Schritt rückwärts, RF entlasten, am Ende Gewicht RF und LF entlasten

**Dame:**

**17-24 Triple 1/2 turn forward, rock step, triple step side r+l**

Hände auslassen

- 1 + 2 1/4 Drehung rechts, dabei LF Schritt vorwärts (9:00 Uhr), RF an LF anschließen, 1/4 Drehung rechts, dabei LF Schritt rückwärts (12:00 Uhr)
- 3, 4 RF Schritt rückwärts, LF entlasten, am Ende Gewicht LF und RF entlasten  
Hände wieder in Anfangsposition geben (Herr unten, Dame oben)
- 5 + 6 Triple Step nach rechts (r-l-r)
- 7 + 8 RF Schritt Triple Step nach links (l-r-l)

**Dame:**

**25-32 Rock step, triple step forward, triple 1/2 turn (dabei Seiten wechseln), rock step**

- 1, 2 RF Schritt rückwärts, LF entlasten, am Ende Gewicht LF und RF entlasten
- 3 + 4 Triple Step vorwärts (r-l-r)  
Linke Hand auslassen, unter der rechten Hand durchtanzen
- 5 + 6 1/4 Drehung rechts, dabei LF Schritt vorwärts (3:00 Uhr), RF an LF anschließen, 1/4 Drehung rechts, dabei LF Schritt rückwärts (6:00 Uhr)  
Hände wieder in Anfangsposition geben (Herr unten, Dame oben)
- 7, 8 RF Schritt rückwärts, LF entlasten, am Ende Gewicht LF und RF entlasten

**WIEDERHOLEN UND LÄCHELN NICHT VERGESSEN!**

