Just A Minute

32 counts, 4-walls, beginner

Musik: “Wait A Minute” (142 BPM) by Sara Evans; “Born In The Dark” by Doug Stone, “Girls With Guitars” (144 BPM) by Wynonna; “Girls Like That” by Travis Tritt; “Crazy From The Heart” by Bellamy Brothers; “All American Country Boy” (144 BPM) by Alan Jackson
Choreographie: Eddie Ainsworth & Lee Birks

… und vergesst nicht,
Kopf hoch und Lächeln,
Tanzen macht Spaß
und das kann man
ruhig sehen!!!

Kick-ball-back r 2x, kick forward, side, coaster step r

1 Rechten Fuß nach vorn kicken
&2 Schritt zurück mit rechts und Schritt zurück mit links
3 Rechten Fuß nach vorn kicken
&4 Schritt zurück mit rechts und Schritt zurück mit links
5 Rechten Fuß nach vorn kicken
6 Rechten Fuß nach rechts kicken
7 Schritt zurück mit rechts
&8 Linken Fuß an rechten heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit rechts

Kick-ball-back l 2x, kick forward, side, coaster step l

1-8 wie Schrittfolge zuvor, aber spiegelbildlich mit links beginnend

Triple step forward r + l, rock step, full turn back

1&2 Triple step nach vorn (r - l - r)
3&4 Triple Step nach vorn (l - r - l)
5 Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß entlasten
6 Gewicht zurück auf den linken Fuß
7 ½ Drehung rechts herum auf dem linken Ballen und Schritt nach vorn mit rechts
8 ½ Drehung rechts herum auf dem rechten Ballen und Schritt zurück mit links

Triple step back turning ½ r, rock step, coaster step, step, turn ¼ l

1&2 Triple step zurück, dabei ½ Drehung rechts herum ausführen (r - l - r)
3 Schritt nach vorn mit links, rechten Fuß entlasten
4 Gewicht zurück auf den rechten Fuß
5 Schritt zurück mit links
&6 Rechten Fuß an linken heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit links
7 Schritt nach vorn mit rechts
8 ¼ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem linken Fuß

Wiederholung bis zum Ende