

# Z Dance 974



Choreograph: David Linger  
Beschreibung: 32 counts, 2 walls (auch contra), Beginner  
Musik: Z-Dance von Collectif Mètissè  
Hinweis: Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen

## **3 walks forward with hands up, hitch L, 3 walks backward, touch R**

Hände nach oben, Ellenbögen abbiegen - hin und her schwingen

- 1-3 3 Schritte vorwärts r-l-r
- 4 Linkes Knie hochheben, Fäuste ballen, Ellenbögen zur Hüfte anziehen
- 5-7 3 Schritte rückwärts l-r-l
- 8 RF neben LF auftippen

## **Grape vine R with touch L, step 1/2 turn twice**

Option: Rolling vine

- 1-4 RF Schritt seitwärts, LF hinter RF kreuzen, RF Schritt seitwärts, LF neben RF auftippen

ct. 5-7 das Becken nach vorne schieben / Zumba Style

- 5-6 LF Schritt vorwärts, Drehung nach rechts auf beiden Ballen, Gewicht am Ende RF
- 7-8 LF Schritt vorwärts, Drehung nach rechts auf beiden Ballen, Gewicht am Ende RF

## **L side, R together, L side, R touch, R side, L touch, L step in place, R touch**

Arme dabei bewegen / Zumba Style

- 1-4 LF Schritt seitwärts, RF neben LF schließen, LF Schritt seitwärts, RF neben LF auftippen
- 5-6 RF Schritt seitwärts, LF neben RF auftippen
- 7-8 LF Schritt seitwärts, RF neben LF auftippen

## **4 walks with 1/2 turn R, rocking Chair R**

Bei Line:

- 1-4 4 Schritte im Halbkreis, dabei die Hände nach oben und hin und her schwingen

Bei Contra:

- 1-4 Beim gegenüberstehenden Partner jeweils mit der re. Hand einhängen und mit 4 Schritten im Halbkreis rechts herum gehen (r-l-r-l), dann Hände lösen und
- 5-6 RF Schritt vorwärts, Gewicht wieder zurück auf den LF
- 7-8 RF Schritt rückwärts, Gewicht wieder zurück auf den LF

Tanz beginnt wieder von vorne

