

THE TRAIL



64 count, 2-wall, beginner/intermediate

Choreograph: Judy McDonald

Musik: Trail of tears Billy Ray Cyrus

TOE,HEEL, CROSS, HEEL, CROSS, HEEL, TOE, STEP R

- 1,2 Rechtes Knie nach links beugen & Fuß auf die Spitze stellen und rechte Ferse vorn auftippen
- 3,4 Rechte Fußspitze vor LF kreuzend auftippen und rechte Ferse vorn auftippen
- 5,6 Rechte Fußspitze vor LF kreuzend auftippen und rechte Ferse vorn auftippen
- 7,8 Rechtes Knie nach links beugen & Fuß auf die Spitze stellen und RF neben LF aufsetzen

TOE, HEEL, CROSS, HEEL, CROSS, HEEL, TOE, STEP L

- 1,2 Linkes Knie nach rechts beugen & Fuß auf die Spitze stellen und linke Ferse vorn auftippen
- 3,4 Linke Fußspitze vor RF kreuzend auftippen und linke Ferse vorn auftippen
- 5,6 Linke Fußspitze vor RF kreuzend auftippen und linke Ferse vorn auftippen
- 7,8 Linkes Knie nach rechts beugen & Fuß auf die Spitze stellen und LF neben RF aufsetzen

HEEL, TOE, HEEL, TOE R, TOE, HEEL, TOE, HEEL R

- 1,2 Rechte Ferse nach rechts drehen, absetzen, rechte Fußspitze nach rechts drehen, absetzen
- 3,4 Rechte Ferse nach rechts drehen, absetzen, rechte Fußspitze nach rechts drehen, absetzen
- 5,6 Linke Fußspitze nach rechts drehen, absetzen und linke Ferse nach rechts drehen absetzen
- 7,8 Linke Fußspitze nach rechts drehen, absetzen und linke Ferse nach rechts drehen, absetzen

KNEE POPS R-L-R-L-R-L

- 1,2 Rechtes Knie beugen und halten
- 3,4 Linkes Knie beugen und halten
- 5,6 Rechtes Knie beugen und linkes Knie beugen
- 7,8 Rechtes Knie beugen und linkes Knie beugen **

HEEL, TOE R, ½ TURN L, ¼ TURN L

- 1,2 Rechte Ferse vorne auftippen und halten
- 3,4 Rechte Fußspitze hinten auftippen und halten
- 5,6 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 7,8 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)

HEEL, TOE R, ½ TURN L, ¼ TURN L

- 1,2 Rechte Ferse vorne auftippen und halten
- 3,4 Rechte Fußspitze hinten auftippen und halten
- 5,6 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 7,8 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)

STEP R, BRUSH L FRONT, CROSS, STEP L, BRUSH R FRONT, CROSS

- 1,2 RF Schritt vorwärts und LF Bodenstreifer nach vorne
- 3,4 RF LF Bodenstreifer quer vor dem RF zurück und LF Bodenstreifer nach vorne
- 5,6 LF Schritt vorwärts und RF Bodenstreifer nach vorne
- 7,8 RF Bodenstreiferquer vor dem LF zurück und RF Bodenstreifer nach vorne

ROCK STEPS FWD +BACK 2x

- 1,2 RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3,4 RF Schritt zurück (LF etwas anheben) und Gewicht vor auf LF
- 5,6 RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 7,8 RF Schritt zurück (LF etwas anheben) und Gewicht vor auf LF

Restart mit Brücke:** Im 8. Durchgang (man schaut auf die rückwärtige Wand) tanze bis Count 32 und hänge dort noch 4 weitere "schnelle Knee-pops" an. Beginne dann wieder von vorne.

