

Atemlos durch die Nacht

Choreographie: Ines Möricke

Beschreibung: 32 count, 4 wall, beginner/intermediate line dance

Musik: **Atemlos durch die Nacht** von Helene Fischer

Hinweis: Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen

Rock across, chassé r + l

1-2 Rechten Fuß über linken kreuzen, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß

3&4 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts

5-6 Linken Fuß über rechten kreuzen, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß

7&8 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links

Cross, side, behind, side, rock forward, shuffle back turning $\frac{1}{2}$ r

1-2 Rechten Fuß über linken kreuzen - Schritt nach links mit links

3-4 Rechten Fuß hinter linken kreuzen - Schritt nach links mit links

5-6 Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß

7&8 $\frac{1}{4}$ Drehung rechts herum und Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen, $\frac{1}{4}$ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts (6 Uhr)

(**Restart:** In der 1. und 7 Runde - Richtung 6 Uhr - hier abbrechen, Brücke 1 tanzen und dann von vorn beginnen)

(**Restart:** In der 2. und 8 Runde - Richtung 12 Uhr - hier abbrechen, Brücke 1 tanzen und dann von vorn beginnen)

Rock forward, shuffle back turning $\frac{1}{2}$ l, side, behind, chassé r

1-2 Schritt nach vorn mit links, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß

3&4 $\frac{1}{4}$ Drehung links herum und Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen, $\frac{1}{4}$ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links (12 Uhr)

5-6 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß hinter rechten kreuzen

7&8 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts

Rock across, chassé l turning $\frac{1}{4}$ l, side, touch r + l

1-2 Linken Fuß über rechten kreuzen, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß

3&4 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen, $\frac{1}{4}$ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links (9 Uhr)
5-6 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß neben rechtem auftippen
7-8 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß neben linkem auftippen

Wiederholung bis zum Ende

Tag/Brücke 1

Step, drag, back, drag/close

1-4 Großen Schritt nach vorn mit links - Rechten Fuß an linken heranziehen
(**Hinweis:** Mit den Armen eine Welle nach vorn von unten nach oben; den Körper dabei mitschwingen)

5-8 Großen Schritt nach hinten mit rechts - Linken Fuß an rechten heranziehen/heransetzen
(**Hinweis:** Mit den Armen eine Welle nach hinten von oben nach unten; den Körper dabei mitschwingen)

Tag/Brücke 2 (nach Ende der 6. Runde - 12 Uhr)

Hip bumps (with holds)

1-2 Hüften nach rechts schwingen - Halten
3-4 Hüften nach links schwingen - Halten
5-8 Wie 1-4

Tag/Brücke 3 (nach Ende der 11. Runde - 3 Uhr)

Hip bumps

1-4 Hüften nach rechts, links, rechts und wieder nach links schwingen