

# **LIGHTNING POLKA**

4 wall line dance – Novice  
Choreograaf: Peter Metelnick  
Tellen: 32           BPM: 144 (polka)  
Muziek: Sin Wagon – Dixie Chicks

## **1 – 8: RIGHT SIDE ROCK & RECOVER, RIGHT BEHIND, LEFT TO LEFT, SIDE, RIGHT CROSS OVER, LEFT SIDE ROCK & RECOVER, LEFT SAILOR STEP**

- 1 – 2   RV rock rechts opzij, LV gewicht terug
- 3 & 4   RV kruis achter, LV stap opzij, RV kruis over
- 5 – 6   LV rock opzij, RV gewicht terug
- 7 & 8   LV kruis achter, RV stap opzij, LV stap voor

## **9 – 16: RIGHT FORWARD SHUFFLE, LEFT FORWARD, ½ RIGHT PIVOT TURN, LEFT, RIGHT, LEFT HEEL SWITCHES, LEFT CROSS OVER TOE TOUCH**

- 1 & 2   RV stap voor, LV sluit, RV stap voor
- 3 – 4   LV stap voor, LV + RV ½ draai rechtsom
- 5&6&   LV tik hak voor, LV sluit, RV tik hak voor, RV sluit
- 7 – 8   LV tik hak voor, LV tik teen gekruist over

## **17 – 24: LEFT FORWARD SHUFFLE, RIGHT FORWARD, ½ LEFT PIVOT TURN, RIGHT & LEFT HEEL SWITCHES, RIGHT STOMP, ¼ RIGHT & KICK**

- 1 & 2   LV stap voor, RV sluit, LV stap voor
- 3 – 4   RV stap voor, RV + LV ½ draai linksom
- 5&6&   RV tik hak voor, RV sluit, LV tik hak voor, LV sluit
- 7 – 8   RV stomp, RV kick voor met ¼ draai rechtsom (op bal van LV)

## **25 – 32: RIGHT BACK COASTER STEP, LEFT FORWARD SHUFFLE, RIGHT FORWARD, ½ LEFT PIVOT TURN, FORWARD 2 (OR SPIN)**

- 1 & 2   RV stap achter, LV sluit, RV stap voor
  - 3 & 4   LV stap voor, RV sluit, LV stap voor
  - 5 – 6   RV stap voor, RV + LV ½ draai linksom
  - 7 – 8   RV stap ½ draai linksom voor, LV stap ½ draai linksom achter
- optie: RV stap voor, LV stap voor*

## **BEGIN OPNIEUW**

Het nummer "Sin Wagon":

In het midden van het nummer hoor je even geen beat. Blijf hier door dansen. Aan het eind van het nummer gebeurt hetzelfde. Dan dans je na de eerste 8 tellen een stomp met je rechtervoet voor en eindig met een rust.