

ALPEN POLKA

Coreografia de Trent & Mary Cummings

Descripció: 32 temps, 2 parets

Debutants/Iniciats. Line-Dance

Música: Never Stop The Alpen Pop per D.J. Otzi

El ball es comença quan es compta 1-2-3-4 en alemany

3 HEEL TAPS, HEEL HOOK, 2 POLKA STEPS FORWARD

1-3 Toc amb el taló dret endavant 3 vegades

4 Creuem (Hook) el peu dret per davant de la cama esquerra

5&6 Pas peu dret endavant - esquerra al costat del dret - pas peu dret endavant

7&8 Pas peu esquerra endavant - peu dret al costat de l'esquerra - pas peu esquerra endavant

TURNING JAZZ BOX, 2 POLKA STEPS FORWARD

9-10 Creuem el peu dret per davant l'esquerra - girem $\frac{1}{4}$ de volta a l'esquerra fent pas enrere amb el peu esquerra

11-12 Pas lleugerament a la dreta amb el peu dret - pas peu esquerra al costat del dret

13&14 Pas peu dret endavant - esquerra al costat del dret - pas peu dret endavant

15&16 Pas peu esquerra endavant - peu dret al costat de l'esquerra - pas peu esquerra endavant

STOMP, STOMP, DOWN, UP, POLKA BACK, COASTER STEP

17-18 Cop de peu al terra (stomp) peu dret en el lloc - Stomp peu esquerra en el lloc

19-20 Flexionem els genolls i movem el cos avall - tornem a posar-nos rectes (mans a la cintura)

21&22 Pas peu dret enrere - esquerra al costat del dret - pas peu dret enrere

23&24 Pas enrere amb el peu esquerra - dret al costat de l'esquerra - pas endavant amb el peu esquerra

TURNING JAZZ BOX, STOMP, STOMP, CLAP, CLAP, CLAP

25-26 Creuem el peu dret per davant l'esquerra - girem $\frac{1}{4}$ de volta a l'esquerra fent pas enrere amb el peu esquerra

27-28 Pas lleugerament a la dreta amb el peu dret - pas peu esquerra al costat del dret

29-30 Stomp peu dret en el lloc - Stomp peu esquerra en el lloc

31-32 Pausa i cop de palmells (clap) 3 vegades

REPETIM