

ALPEN POLKA



Chorégraphe: Trent + Mary CUMMINGS
 Description: ligne 32 temps 2 murs
 Niveau: Débutant
 Musique: 134 bpm Never stop the alpen pop (by D.J. OTZI)

<http://www.l0Capial.org>

Intro

Commencer la chorégraphie après les paroles "Ein, zwei, drei, vier..."

1-8 → HEEL TAPS x 3, HEEL HOOK, POLKA STEPS FORWARD x 2

1-2-3	TALON D x 3	Taper Talon D devant	Taper Talon D devant	Taper Talon D devant
4	HOOK	Plier Jambe D devant Cheville G		
5 & 6	TRIPLE STEP AVANT D	Poser PD devant	Ramener PG à côté de PD	Ravancer PD
7 & 8	TRIPLE STEP AVANT G	Poser PG devant	Ramener PD à côté de PG	Ravancer PG

9-16 → JAZZ BOX 1/4 TURN, POLKA STEPS FORWARD x 2

1-2	JAZZ BOX 1/4 TOUR à G	Croiser PD devant PD	Reculer PG en 1/4 de tour à G	
3-4		Poser PD à D	Ramener PG à côté de PD	
5 & 6	TRIPLE STEP AVANT D	Poser PD devant	Ramener PG à côté de PD	Ravancer PD
7 & 8	TRIPLE STEP AVANT G	Poser PG devant	Ramener PD à côté de PG	Ravancer PG

17-24 → STOMP x 2, DOWN UP, POLKA STEP BACK, COASTER STEP

1-2	STOMP D G	Taper PD sur place	Taper PG sur place	
3-4	DOWN UP	Plier les Genoux (on se baisse)	Tendre les genoux (on se relève)	
5 & 6	TRIPLE STEP ARRIERE D	Poser PD derrière	Ramener PG à côté de PD	Reculer PD
7 & 8	COASTER STEP G	Reculer PG sur la Plante	Ramener PD à côté de PG sur la plante	Ravancer PG

25-32 → JAZZ BOX 1/4 TURN, STOMP, CLAP x 3

1-2	JAZZ BOX 1/4 TOUR à G	Croiser PD devant PG	Reculer PG en 1/4 de tour à G	
3-4		Poser PD à D	Ramener PG à côté de PD	
5-6	STOMP D G	Taper PD sur place	Taper PG sur place	
7 & 8	CLAP x 3	Taper des mains 3 fois		

Recommencer depuis le début, amusez-vous, souriez

Feuille préparée pour les adhérents du Capial Road Country, St Juéry