

# Atomic Polka

**Choreographie:** Bastiaan van Leeuwen

**Beschreibung:** 64 count, 4 wall, intermediate line dance

**Musik:** One long Saturday Night – BR5-49

**3 Restarts:**

**1. Runde – restart n. 16 Counts, 2. Runde n. 54 Counts abbrechen – restart, 3. Runde – restart n. 8. Counts**



## Forward Shuffle, 1/4 Turn Side Shuffle, 1/4 Turn Back Shuffle, Coasterstep

1 & 2 Shuffle vorwärts mit RF beginnend (r – l – r)

3 & 4 LF mit einer 1/4 Drehung nach rechts und Shuffle seitwärts nach links (l – r – l)

5 & 6 RF mit einer 1/4 Drehung nach rechts hinten, Shuffle rückwärts (r – l – r)

7 & 8 LF Schritt zurück, RF neben LF stellen, LF einen Schritt vor.

**\*\* \* 3. Runde – restart**

## Diagonal Forward Gallops Right and Left With Touches

1 & 2 RF einen Schritt nach schräg rechts vor, LF an RF heransetzen, RF Schritt schräg rechts vor

& 3 LF an RF heransetzen, RF einen Schritt schräg rechts vor,

& 4 LF neben RF auftippen

5 & 6 LF Schritt schräg links vor, RF an LF heransetzen, LF Schritt schräg links vor, RF an LF heransetzen,

& 7 – 8 LF Schritt nach schräg links vor, RF neben LF auftippen

**\* 1. Runde – restart**

## Heel Taps, Coaster Step, Heel Taps Sailer 1/4 Turn Left

1 – 2 2 x rechte Hacke vorn auftippen

3 & 4 RF Schritt nach hinten, LF an RF heransetzen, RF Schritt vor

5 – 6 2 x linke Hacke vorn auftippen

7 & 8 LF hinter RF stellen, RF mit einer 1/4 Drehung nach links stellen, LF neben RF stellen

## Heel Switches, Clap x 2, Heel Switches, Clap x 2

1 & 2 rechte Hacke nach vorne auftippen, RF neben LF stellen,

& 3 & 4 1. Hacke vorne auftippen LF neben RF stellen, r. Hacke vorne auftippen, 2 x in die Hände klatschen

& 5 RF neben LF stellen, linke Hacke vorn auftippen

& 6 LF neben den RF stellen, rechte Hacke vorn auftippen

& 7 & 8 RF neben LF stellen, linke Hacke vorn auftippen, 2 x in die Hände klatschen

## 1/4 Turn Right Shuffle x 4 (Full Turn)

1 & 2 RF mit einer 1/4 Rechtsdrehung vorstellen, LF an RF heransetzen, RF vorstellen

3 & 4 LF mit einer 1/4 Rechtsdrehung vorstellen, RF an LF heransetzen, LF vorstellen

5 & 6 RF mit einer 1/4 Rechtsdrehung vorstellen, LF an RF heransetzen, RF vorstellen

7 & 8 LF mit einer 1/4 Rechtsdrehung vorstellen, RF an LF heransetzen, LF vorstellen

## Rolling Vine R, Touch and Clap, Rolling Vine L, Touch and Clap

1 – 2 RF mit einer 1/4 Drehung nach rechts stellen, LF mit 1/4 Drehung nach rechts stellen.

3 – 4 LF 1/2 Drehung rechts rum, Gewicht auf RF, LF neben RF auftippen und 1 x in die Hände klatschen

5 – 6 LF mit einer 1/4 Drehung nach links stellen, RF mit einer 1/4 Drehung nach links stellen

7 – 8 RF 1/2 Drehung nach l, LF nach l. stellen, RF neben dem LF auftippen und 1 x in die Hände klatschen

## Back Shuffle, Coaster Step, Full Turn Left, Step, Touch

1 & 2 Shuffle zurück mit rechts (r – l – r)

3 & 4 LF Schritt zurück, RF neben LF stellen, LF einen Schritt vor

5 – 6 RF Schritt vor, 1/2 Linksdrehung, LF hinter RF stellen, 1/2 Linksdrehung,

**\*\* 2. Runde hier abbrechen - restart**

7 – 8 RF Schritt vor, LF neben RF auftippen

## Hips Bumps, Touch, Back Shuffle, Coaster Step

1 – 2 LF nach links stellen, Hüfte nach links wippen, Hüfte nach rechts wippen

3 – 4 Hüfte nach links wippen, RF neben dem LF auftippen

5 & 6 RF einen Schritt zurück, LF an RF heransetzen, RF einen Schritt zurück

7 & 8 LF Schritt zurück, RF neben LF stellen, LF Schritt vor

**Tanz beginnt von vorn**