



Tush Push

40 count / 4 wall / beginner

Choreographie:

Musik: Feel Like A Woman Shania Twain

HEEL , TOGETHER , HEEL , HEEL

- 1 re Ferse vorne auftippen
- 2 re Fussspitze neben li Fuss auftippen
- 3, 4 re Ferse vorne auftippen, re Ferse vorne auftippen
- 5 auf re Fuss springen, li Ferse vorne auftippen
- 6 li Fussspitze neben re Fuss auftippen
- 7, 8 li Ferse vorne auftippen, li Ferse vorne auftippen

HEEL SWITCHES & CLAP

- 1 auf li Fuss springen, re Ferse vorne auftippen
- 2 auf re Fuss springen, li Ferse vorne auftippen
- 3 auf li Fuss springen, re Ferse vorne auftippen
- 4 in die Hände klatschen

DOUBLE HIP BUMPS RIGHT, LEFT, TOW HIP ROLLS

- 1, 2 Hüften 2x nach vorne rechts schwingen
- 3, 4 Hüften 2x nach hinten links schwingen
- 5 - 8 Hüften abwechselnd nach vorne und wieder nach hinten schwingen

SHUFFLE FORWARD, ROCK STEP, SHUFFLE BACK, ROCK BACK

- 1 & 2 Wechselschritt nach vorne (re – li – re)
- 3, 4 li Fuss Schritt nach vorne (re Fuss etwas anheben), Gewicht zurück auf re Fuss
- 5 & 6 Wechselschritt nach hinten (li – re – li)
- 7, 8 re Fuss Schritt zurück (li Fuss etwas anheben), Gewicht zurück auf li Fuss

SHUFFLE FORWARD, STEP, 1/2 PIVOT TURN

- 1 & 2 Wechselschritt nach vorne (re – li – re)
- 3, 4 li Fuss Schritt nach vorne, 1/2 Drehung nach rechts

SHUFFLE FORWARD, STEP, 1/4 PIVOT TURN, STEP, 1/2 PIVOT TURN, STOMP, CLAP

- 1 & 2 Wechselschritt nach vorne(li – re – li)
- 3, 4 re Fuss Schritt nach vorne, 1/4 Drehung nach li auf beiden Ballen
- 5, 6 re Fuss Schritt nach vorne, 1/2 Drehung nach li auf beiden Ballen
- 7, 8 re Fuss neben li Fuss aufstampfen, in die Hände klatschen

Tanz beginnt wieder von vorne

www.buffalo-dancers.ch