

# Indigo Ocean Twist

4 Wall

48Counts

Choreographie: The Dancer

Music:Carlene Carter – Nowhere Train

## Abschnitt 1

- 1 – 2 R.F. & L.F. Fersen gleichzeitig nach rechts drehen, dann nach links
- 3 – 4 R.F. & L.F. Fersen gleichzeitig nach rechts drehen, wieder gerade
- 5 L.F. Ferse nach außen drehen, gleichzeitig R.F. mit Ferse neben L.F. antippen
- 6 L.F. Ferse nach innen drehen, gleichzeitig R.F. mit Zehen neben L.F. antippen
- 7 – 8 wiederhole Pos. 5 – 6

## Abschnitt 2

- 1 – 2 R.F. mit Ferse nach vorne antippen, R.F. zum Knie des L.F. herziehen,
- 3 – 4 R.F. mit Ferse nach vorne antippen, neben L.F. stellen,
- 5 – 6 R.F. & L.F. Zehen belasten – gleichzeitig Fersen nach rechts und links drehen, wieder gerade
- 7 – 8 R.F. & L.F. Zehen belasten – gleichzeitig Fersen nach rechts und links drehen, wieder gerade

## Abschnitt 3

- 1 – 8 Wiederhole Pos. 1 – 8 des. Abschnitt 1

## Abschnitt 4

- 1 – 8 Wiederhole Pos. 1 – 8 des Abschnitt 2

## Abschnitt 5

- 1 – 2 L.F. überkreuzt vorne den R.F., R.F. mit Zehen nach rechts antippen
- 3 – 4 R.F. im Knie angewinkelt zum Knie des L.F. herziehen, R.F. nach rechts antippen
- 5 – 6 R.F. überkreuzt vorne den L.F., L.F. mit Zehen nach rechts antippen
- 7 – 8 L.F. im Knie angewinkelt zum Knie des R.F. herziehen, L.F. nach links antippen

## Abschnitt 6

- 1 – 2 L.F. Schritt vor, R.F. neben L.F. stellen
- 3 – 4 L.F. & R.F. Zehen gleichzeitig nach links drehen, Fersen belasten
- 5 – 6 L.F. & R.F. Zehen gleichzeitig nach links drehen, Fersen belasten  
**mit Pos. 3 – 6 wird gleichzeitig eine ¼ Drehung nach links gemacht**
- 7 – 8 R.F. Schritt vor, L.F. neben R.F. stellen