



The Trail

Choreographie: Judy McDonald

Beschreibung: 64 counts, 2 wall, Intermediate Linedance

Musik: Trail of Tears by Billy Ray Cyrus (85 BPM)

1-8 Toe, Heel, Cross, Heel, Toe, Together (r)

- 1 – 2 rechte Fußspitze neben linker auftippen (Knie nach innen), rechte Ferse vorne auftippen,
- 3 – 4 rechte Fußspitze vor LF kreuzend auftippen, rechte Ferse vorne auftippen,
- 5 – 6 rechte Fußspitze vor LF kreuzend auftippen, rechte Ferse vorne auftippen,
- 7 – 8 rechte Fußspitze neben linker auftippen (Knie nach innen), RF neben LF abstellen

9-16 Toe, Heel, Cross, Heel, Toe, Together (l)

- 1 – 8 dasselbe mit dem linken Fuß (spiegelbildlich)

17-24 Heel, Toe, Heel, Toe – Toe, Heel, Toe, Heel

- 1 – 2 RF Ferse nach rechts drehen und belasten, RF Spitze nach rechts drehen und belasten,
- 3 – 4 RF Ferse nach rechts drehen und belasten, RF Spitze gerade drehen und belasten,
- 5 – 6 LF Spitze nach rechts drehen und belasten, LF Ferse nach rechts drehen und belasten,
- 7 – 8 LF Spitze nach rechts drehen und belasten, LF Ferse gerade drehen und belasten,
(die Beine wandern bei den Counts 1-4 auseinander und bei 5-8 wieder zusammen)

25-32 Knee Pops

- 1 – 2 rechtes Knie beugen (die Ferse hebt vom Boden ab, das linke Bein bleibt gestreckt), Pause
 - 3 – 4 linkes Knie beugen (die Ferse hebt vom Boden ab, das rechte Bein bleibt gestreckt), Pause
 - 5,6,7,8 abwechselnd Knee Pops (rechts, links, rechts, links)
 - & linkes Bein strecken und belasten
- (an der 8. Wand werden die Counts 29-32 nochmals wiederholt und der Tanz neu gestartet)**

33-40 Heel Touch, Toe Touch, Step Turn 1/2, Step Turn 1/4

- 1 – 2 rechte Ferse vorne auftippen, Pause
- 3 – 4 rechte Fußspitze hinten auftippen, Pause,
- 5 – 6 RF Schritt vor, ½ Drehung nach links und Gewicht auf den LF,
- 7 – 8 RF Schritt vor, ¼ Drehung nach links und Gewicht auf den LF



41-48 Heel Touch, Toe Touch, Step Turn 1/2, Step Turn 1/4

1 – 8 wie Counts 33-40

49-56 Step, Brush (3x) (r + l)

- 1 RF Schritt vor,
- 2 LF mit dem Ballen nach vorne über den Boden streifen,
- 3 LF mit dem Ballen gekreuzt über den RF nach hinten streifen,
- 4 LF mit dem Ballen nach vorne über den Boden streifen,
- 5 LF Schritt nach vorne,
- 6 RF mit dem Ballen nach vorne über den Boden streifen,
- 7 RF mit dem Ballen gekreuzt über den LF nach hinten streifen,
- 8 RF mit dem Ballen nach vorne über den Boden streifen,

57- 64 Rock Steps fwd & back

- 1 – 2 RF Schritt vor, Gewicht auf den LF verlagern
- 3 – 4 RF Schritt zurück, Gewicht auf den LF verlagern
- 5 – 6 RF Schritt vor, Gewicht auf den LF verlagern
- 7 – 8 RF Schritt zurück, Gewicht auf den LF verlagern