

# Ridin´

**Choreographie:** Dave Ingram  
**Beschreibung:** 32 counts, 4 wall, beginner line dance  
Lilt/Polka  
**Musik:** Riding Alone by Rednex (136 BPM)  
oder andere Polka-Musiktitel



## **1 – 8 Triple side r, back rock, triple side, back rock,**

1 & 2 re Fuß Schritt nach rechts, li Fuß an re heransetzen, re Fuß Schritt nach re,  
3 li Fuß Schritt zurück dabei re Fuß entlasten (nicht anheben),  
4 Gewicht zurück auf den re Fuß,  
5 & 6 li Fuß Schritt nach links, re Fuß an li heransetzen, li Fuß Schritt nach li,  
7 re Fuß Schritt zurück dabei li Fuß entlasten (nicht anheben),  
8 Gewicht zurück auf den li Fuß,

## **9-16 triple step forw, step turn ½ r, triple step forw, step turn ¼ l,**

1 & 2 re Fuß Schritt nach vor, li Fuß hinter re heransetzen, re Fuß Schritt nach vor, (r-l-r)  
3, 4 li Fuß Schritt vor, ½ Drehung re (Gewicht am Ende am re Fuß) (6 Uhr),  
5 & 6 li Fuß Schritt nach vor, re Fuß hinter li heransetzen, li Fuß Schritt nach vor, (l-r-l)  
7, 8 re Fuß Schritt vor, ¼ Drehung li (Gewicht am Ende am li Fuß) (12 Uhr),

## **17-24 triple step forw, step turn ½ r, triple step forw, step turn ¼ l,**

1 – 8 wie zuvor count 9 – 16,

## **25-32 kick, kick back with ¼ turn left, stomp, stomp, back, hold, sweep left with ½ turn, together, hold.**

1 re Fuß nach vor kicken,  
2 re Fuß nach hinten kicken und dabei ¼ Drehung nach li ausführen (3 Uhr),  
3,4 re Fuß neben li aufstampfen, li Fuß neben re Fuß aufstampfen,  
5 Schritt zurück mit rechts,  
6 Pause,  
7 li gestrecktes Bein in einem Halbkreis von vorne nach hinten führen (Fußspitze berührt den Boden) und neben dem re Fuß heransetzen,  
8 Pause.

**Wiederholung bis zum Ende.**

**Viel Spaß beim Tanzen!**