

APRENDE
COUNTRY
LINE DANCE

LIGHTNING POLKA

Nivel: Principiante

Coreografía: Peter Metelnick

Canción: 'Sin Wagon' por Dixie Chicks

Hoja de pasos por: Xavi Barrera

Paredes: 4

Tiempos: 32

ROCK STEP, SYNCOPATED WAVE, ROCK STEP, SYNCOPATED WAVE

- 1- (Rock) Paso pie derecho a la derecha, poniendo el peso sobre él
- 2- (Step) Devolver el peso al pie izquierdo
- 3- Cruzar pie derecho por detrás del izquierdo
- &- Paso pie izquierdo al lado del derecho
- 4- Cruzar pie derecho por delante del izquierdo
- 5- (Rock) Paso pie izquierdo a la izquierda, poniendo el peso sobre él
- 6- (Step) Devolver el peso al pie derecho
- 7- Cruzar pie izquierdo por detrás del derecho
- &- Pie derecho al lado del izquierdo
- 8- Cruzar pie izquierdo por delante del derecho

SHUFFLE, ½ TURN PIVOT, HEEL SWITCHES, HOOK

- 9- Paso pie derecho adelante
- &- Paso pie izquierdo detrás del derecho
- 10- Paso pie derecho adelante
- 11- Tocar pie izquierdo adelante
- 12- Girar ½ vuelta a la derecha apoyados sobre el pie derecho
- 13- Tocar con el talón izquierdo delante
- 14- Devolver pie izquierdo al sitio y tocar con el talón derecho adelante
- 15- Devolver pie derecho al sitio y tocar con el talón izquierdo delante
- 16- (Hook) Tocar con el talón izquierdo en la caña del pie derecho

SHUFFLE, ½ TURN PIVOT, HEEL SWITCHES, STOMP, KICK

- 17- Paso pie izquierdo adelante
- &- Paso pie derecho detrás del izquierdo
- 18- Paso pie izquierdo adelante
- 19- Tocar con el pie derecho delante
- 20- Girar ½ vuelta a la izquierda apoyados sobre el pie izquierdo
- 21- Tocar talón derecho delante
- 22- Devolver pie derecho al sitio y tocar con el talón izquierdo delante
- 23- Devolver pie izquierdo al sitio y stomp pie derecho al lado del izquierdo
- 24- Dando ¼ de vuelta a la derecha, patada pie derecho delante

COASTER STEP, SHUFFLE, ½ TURN PIVOT, STEP x 2

- 25- Paso pie derecho atrás
- &- Paso pie izquierdo al lado del derecho
- 26- Paso pie derecho adelante
- 27- Paso pie izquierdo adelante
- &- Paso pie derecho detrás del izquierdo
- 28- Paso pie izquierdo adelante
- 29- Tocar con el pie derecho delante
- 30- Girar ½ vuelta a la izquierda apoyados sobre el pie izquierdo
- 31- Paso pie derecho adelante
- 32- Paso pie izquierdo adelante

Nota: Existe un final alternativo que consiste en cambiar los dos últimos pasos por:

- 31- Paso pie derecho adelante, dando ½ vuelta a la izquierda al mismo tiempo
- 32- Paso pie izquierdo atrás, dando ½ vuelta a la izquierda al mismo tiempo

Volver a empezar

=====