



Atemlos durch die Nacht

Choreographie: Ines Möricke

Description: 32 Count, 4 Wall, Beginner / Intermediate Line Dance

Musik: Atemlos durch die Nacht von Helene Fischer

Hinweis: Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen

Counts	Step Description
1-8	Cross Rock, Chassé R + L
1-2	RF über linken kreuzen, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den LF
3&4	RF nach rechts - LF an rechten heransetzen und RF nach rechts
5-6	LF über rechten kreuzen, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF
7&8	LF nach links - RF an linken heransetzen und LF nach links
9-16	Cross, Side, Behind, Side, Rock Forward, Shuffle Back Turning ½ R
1-2	RF über linken kreuzen - LF nach links
3-4	RF hinter linken kreuzen - LF nach links
5-6	RF nach vorn, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den LF
7&8	¼ Drehung rechts herum und RF nach rechts - LF an rechten heransetzen, ¼ Drehung rechts herum und RF nach vorn
(Restart: In der 1. und 7 Runde - hier abbrechen, Brücke 1 tanzen und dann von vorn beginnen) (Restart: In der 2. und 8 Runde - hier abbrechen, Brücke 1 tanzen und dann von vorn beginnen)	
17-24	Rock Forward, Shuffle Back Turning ½ L, Side, Behind, Chassé R
1-2	LF nach vorn, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF
3&4	¼ Drehung links herum und LF nach links - RF an linken heransetzen, ¼ Drehung links herum und LF nach vorn
5-6	RF nach rechts - LF hinter rechten kreuzen
7&8	RF nach rechts - LF an rechten heransetzen und RF nach rechts
25-32	Cross Rock, Chassé L Turning ¼ L, Side, Touch R + L
1-2	LF über rechten kreuzen, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF
3&4	LF nach links - RF an linken heransetzen, ¼ Drehung links herum und LF nach vorn
5-6	RF nach rechts - LF neben rechtem auf tippen
7-8	LF nach links - RF neben linkem auf tippen

Start from Beginning

Tag/Brücke 1

1-8 Step, Drag, Back, Drag / Close

1-4 LF großen Schritt nach vorn - RF an linken heranziehen

(Hinweis: Mit den Armen eine Welle nach vorn von unten nach oben; den Körper dabei mitschwingen)

5-8 RF großen Schritt nach hinten - LF an rechten heranziehen/heransetzen

(Hinweis: Mit den Armen eine Welle nach hinten von oben nach unten; den Körper dabei mitschwingen)

Tag/Brücke 2 (nach Ende der 6. Runde)

1-8 Hip Bumps (with holds)

1-2 Hüften nach rechts schwingen - Halten

3-4 Hüften nach links schwingen - Halten

5-8 Wie 1-4

Tag/Brücke 3 (nach Ende der 11. Runde)

1-4 Hip Bumps

1-4 Hüften nach rechts, links, rechts und wieder nach links schwingen