

Fly Like A Bird



Choreographie: Hedy McAdams

Count's: 32, Wall: 2

Music/Interpret: Fly Like A Bird von Boz Scaggs

Side rock, ¼ turn l & side, hold, ¼ turn l & rock forward, ¼ turn r & side, hold

- 1,2 Schritt nach links mit links, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 3,4 ¼ Drehung links herum auf dem rechten Ballen und Schritt nach links mit links (9 Uhr) - Halten
- 5,6 ¼ Drehung links herum auf dem linken Ballen und Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß etwas anheben (6 Uhr) - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 7,8 ¼ Drehung rechts herum auf dem linken Ballen und Schritt nach rechts mit rechts (9 Uhr) - Halten

¼ turn r & rock side, ¼ turn l & side, hold, kick-ball-turn ¼ l, kick-ball-change

- 1,2 ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach links mit links (12 Uhr), rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 3,4 ¼ Drehung links herum auf dem rechten Ballen und Schritt nach links mit links - Halten
- 5&6 Rechten Fuß nach vorn kicken - Rechten Fuß an linken heransetzen, ¼ Drehung links herum auf dem rechten Ballen und Schritt nach links mit links (6 Uhr)
- 7&8 Rechten Fuß nach vorn kicken - Rechten Fuß an linken heransetzen und Gewicht auf den linken Fuß verlagern

Cross, turn ½ l, crossing shuffle, ¼ turn r & shuffle forward, ¼ turn r & side, ½ turn r & step

- 1,2 Rechte Fußspitze links von linker auftippen - ½ Drehung links herum, Gewicht am Ende auf den rechten Fuß verlagern (12 Uhr)
- 3 Linken Fuß weit über rechten kreuzen
- &4 Rechten Fuß etwas an linken heran gleiten lassen und linken Fuß weit über rechten kreuzen
- 5&6 ¼ Drehung rechts herum und Cha Cha nach vorn (r - l - r) (3 Uhr)
- 7,8 ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach links mit links (6 Uhr) - ½ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts (12 Uhr)

Cross, point side, point across, pivot 1/2 r, crossing shuffle, side, slide/lift

- 1,2 Linken Fuß über rechten kreuzen, etwas in die Knie gehen - Knie wieder strecken und rechte Fußspitze rechts auftippen
- 3,4 Rechte Fußspitze links von linker auftippen - 1/2 Drehung links herum, Gewicht am Ende auf den rechten Fuß verlagern (6 Uhr)
- 5 Linken Fuß weit über rechten kreuzen
- &6 Rechten Fuß etwas an linken heran gleiten lassen und linken Fuß weit über rechten kreuzen
- 7 Großen Schritt nach rechts mit rechts
- 8& Linke Fußspitze an rechten Fuß heran gleiten lassen und zum Schluss etwas anheben, um einen sanften Übergang zu Schritt 1 zu schaffen

Lächeln nicht vergessen und Wiederholung bis zum Ende ☺