



Achy Breaky Polonaise

Choreografie : R. Dibbets
Soort : circledance
Niveau : beginner
Tempo : 120 tellen/min
Tellen : 32
Muziek : Achy Breaky Heart – Billy Ray Cyrus
Note : Alle dansers staan in een grote kring achter elkaar in dansrichting.

(Bal de handen samen.)

- 1 Duw handen rechts boven
- 2 Duw handen rechts boven
- 3 Duw handen rechts boven
- 4 Rust
- 5 Duw handen links boven
- 6 Duw handen links boven
- 7 Duw handen links boven
- 8 Rust

- 9 Duw handen rechts beneden
- 10 Duw handen rechts beneden
- 11 Duw handen rechts beneden
- 12 Rust
- 13 Duw handen links beneden
- 14 Duw handen links beneden
- 15 Duw handen links beneden
- 16 Rust

- 17 Zwaai met R-wijsvinger als lasso rechts boven
- 18 Zwaai met R-wijsvinger als lasso rechts boven
- 19 Zwaai met R-wijsvinger als lasso rechts boven
- 20 Rust
- 21 Zwaai met L-wijsvinger als lasso links boven
- 22 Zwaai met L-wijsvinger als lasso links boven
- 23 Zwaai met L-wijsvinger als lasso links boven
- 24 Rust

- 25 Leg R-hand op R-bil van de persoon die voor je staat
- 26 Rust
- 27 Leg L-hand op L-bil van de persoon die voor je staat
- 28 Rust
- 29 t/m 31 Houd de handen op de billen van de persoon die voor je staat en maak 3 hopjes naar voren.
- 32 Rust

- 1 Begin opnieuw