

LET'S GET PHYSICAL



Choreographie: Karl-Harry Winson & Lucy Cooper

Musik: Physical

(Intro 32 Counts)

Interpret: Dua Lipa

Tanz Info: Tanzlevel

Wall Counts Bmp

Intermediate

2 64

Step-1/2-T, Back-Touch, Step-Full Turn l, Step

1 - 2	RF Schritt vor, LF m. 1/2-RD zurück	6 Uhr
3 - 4	RF Schritt zurück, LF neben RF auftippen	
5 - 6	LF Schritt vor, RF m. 1/2-LD zurück	12 Uhr
7 - 8	LF m. 1/2-LD vor, RF Schritt vor	6 Uhr

Rock Step, Back & Hitch, Cross-Back, Back-Cross

1 - 2	LF Schritt vor - auf RF zurückbelasten	
3 - 4	LF Schritt zurück, re Knie anheben	
5 - 6	RF über LF kreuzen, LF Schritt zurück	
7 - 8	RF Schritt zurück, LF über RF kreuzen	

Monterey 1/2, Monterey 1/4 w. Cross

1 - 2	RF re auftippen, RF m. 1/2-RD an LF setzen	12 Uhr
3 - 4	LF li auftippen - dann an RF setzen	
5 - 6	RF re auftippen, RF m. 1/4-RD an LF setzen	3 Uhr
7 - 8	LF li auftippen - dann über RF kreuzen	

Point r + fwd., Hitch-Back, Dip Down 2x

1 - 2	RF re und dann vor auftippen	
3 - 4	re Knie anheben und dann Schritt zurück	
5 - 6	mit beiden Knien kurz einknicken und wieder aufrichten	
7 - 8	mit beiden Knien kurz einknicken und wieder aufrichten	3 Uhr

Step-1/4-T., Cross Toe Strut, 1/4-1/4, 1/8-Step & Touch

1 - 2	RF Schritt vor und 1/4-LD	12 Uhr
3 - 4	RF über LF kreuzen, erst die Fußspitze dann den Hacken absenken	
5 - 6	LF m. 1/4-RD zurück, RF m. 1/4-RD nach re	6 Uhr
7 - 8	LF m. 1/8 RD vor, RF neben LF auftippen	7:30 h

Back-Touch, Step & Hitch, Cross-Back, Back & Sweep

1 - 2	RF diag. Schritt zurück, LF neben RF auftippen	7:30 h
3 - 4	LF Schritt vor- re Knie anheben und auf 6 Uhr drehen	6 Uhr
5 - 6	RF über LF kreuzen, LF Schritt zurück	
7 - 8	RF Schritt zurück - LF nach hinten schwingen	

Back-Point, Back-Point, Coaster Step & Scuff

1 - 2	LF Schritt zurück - RF re auftippen	
3 - 4	RF Schritt zurück - LF li auftippen	
5 - 6	LF Schritt zurück, RF an LF setzen	
7 - 8	LF Schritt vor und RF mit Hackenstreifer vor	

Jazz Box w. Touch, Side-Touch, Point-Hitch

1 - 2	RF über LF kreuzen, LF Schritt zurück	
3 - 4	RF Schritt nach re, LF neben RF auftippen	
5 - 6	LF Schritt nach li - RF neben LF auftippen	
7 - 8	RF re auftippen und re Knie anheben	

Tag: Nach der 1. + 2. Wand auf 6 Uhr + 12 Uhr

1 - 4	RF Schritt vor - auf LF zurückbelasten, RF Schritt zurück - auf LF zurückbelasten
5 - 8	RF Schritt vor + 1/2-LD ausführen, RF Schritt vor + 1/2-LD ausführen

Wiederholen und lächeln nicht vergessen !!