

Heel And Toe Polka 32 counts, 1 Wall
Beginner Circle Couple Dance



Choreographie: Unknown

Musik: Heel and Toe Polka by The Bushwackers, 120bpm, Intro: 8c.
Cotton Eye Joe by Mark Geslison & Geoff Groburg, 117bpm, Intro: 8c.

Formation: Die Paare stehen im Kreis in Ballroomhaltung, Blickrichtung des Mannes gegen und die der Frau im Uhrzeigersinn

Women steps

- 1 - 8 2x Heel & Toe R, 2x Sideways R**
- 1, 2 RF Ferse diagonal rechts aufsetzen, RF Fußspitze neben LF aufsetzen
- 3, 4 RF Ferse diagonal rechts aufsetzen, RF Fußspitze neben LF aufsetzen
- 5+6+ Richtung Kreismitte: RF Schritt nach rechts, LF an RF heran setzen, RF Schritt nach rechts, LF an RF heran setzen
- 7+8 RF Schritt nach rechts, LF an RF heran setzen, RF Schritt nach rechts
- 9 - 16 2x Heel & Toe L, 2x Sideways L**
- 1, 2 LF Ferse diagonal links aufsetzen, LF Fußspitze neben RF aufsetzen
- 3, 4 LF Ferse diagonal links aufsetzen, LF Fußspitze neben RF aufsetzen
- 5+6+ Richtung Außenkreis: LF Schritt nach links, RF an LF heran setzen, LF Schritt nach links, RF an LF heran setzen
- 7+8 LF Schritt nach links, RF an LF heran setzen, LF Schritt nach links
- 17 – 24 3x Clap With Your Partners Right Hand, 3x Clap With Your Partners Left Hand, 3x Clap Your Own Knees, 3x Clap With Your Own Hands**
- 1+2 3x mit der re Hand auf re Hand des Partners klatschen
- 3+4 3x mit der li Hand auf li Hand des Partners klatschen
- 5+6 3x mit beiden Händen auf die eigenen Knie klatschen
- 7+8 3x mit den Händen klatschen
- 25 – 32 Right Arm Full Turn (3x Shuffle), 1x Shuffle To The Next Partner**
- 1 – 6 Mit 3x Shuffle einen vollen Kreis im Uhrzeigersinn mit eingehängtem rechten Arm des Partners (beginnen mit RF)
- 7+8 1x Shuffle geradeaus zum nächsten Partner (im Uhrzeigersinn)

Men steps

- 1 - 8 2x Heel & Toe L, 2x Sideways L**
- 1, 2 LF Ferse diagonal links aufsetzen, LF Fußspitze neben RF aufsetzen
- 3, 4 LF Ferse diagonal links aufsetzen, LF Fußspitze neben RF aufsetzen
- 5+6+ Richtung Kreismitte: LF Schritt nach links, RF an LF heran setzen, LF Schritt nach links, RF an LF heran setzen
- 7+8 LF Schritt nach links, RF an LF heran setzen, LF Schritt nach links
- 9 - 16 2x Heel & Toe R, 2x Sideways R**
- 1, 2 RF Ferse diagonal rechts aufsetzen, RF Fußspitze neben LF aufsetzen
- 3, 4 RF Ferse diagonal rechts aufsetzen, RF Fußspitze neben LF aufsetzen
- 5+6+ Richtung Außenkreis: RF Schritt nach rechts, LF an RF heran setzen, RF Schritt nach rechts, LF an RF heran setzen
- 7+8 RF Schritt nach rechts, LF an RF heran setzen, RF Schritt nach rechts
- 17 – 24 3x Clap With Your Partners Right Hand, 3x Clap With Your Partners Left Hand, 3x Clap Your Own Knees, 3x Clap With Your Own Hands**
- 1+2 3x mit der re Hand auf re Hand des Partners klatschen
- 3+4 3x mit der li Hand auf li Hand des Partners klatschen
- 5+6 3x mit beiden Händen auf die eigenen Knie klatschen
- 7+8 3x mit den Händen klatschen
- 25 – 32 Right Arm Full Turn (3x Shuffle), 1x Shuffle To The Next Partner**
- 1 – 6 Mit 3x Shuffle einen vollen Kreis im Uhrzeigersinn mit eingehängtem rechten Arm des Partners (beginnen mit RF)
- 7+8 1x Shuffle geradeaus zum nächsten Partner (im Uhrzeigersinn)

Der Tanz beginnt von vorne