

## Train Wreck

Choreographie: **Niels Poulsen**  
Beschreibung: 48 Schläge, 2 Wände  
Lernstufe: Fortgeschrittene Anfänger  
Musiktyp: **Can't Let Go**  
Interpret: **Jill King**  
Tempo: 178 BPM  
Tanzbeginn: nach 48 Schlägen auf **Told**  
Seite: **1 von 2** ([www.countrybell.de](http://www.countrybell.de))



### **STOMP r, STOMP tog. l, ¼ MONTEREY TURN r, HEEL r, HOOK r**

- 1 - 2 mit rechtem Fuß nach vorn aufstampfen, mit linkem Fuß neben rechtem Fuß aufstampfen
- 3 rechte Fußspitze zur Seite auftippen
- 4 rechten Fuß neben linkem Fuß belasten, dabei ¼ Drehung nach rechts ausführen
- 5 - 6 linke Fußspitze zur Seite auftippen, linken Fuß neben rechtem Fuß belasten
- 7 rechte Ferse nach vorn auftippen
- 8 rechtes Bein nach vorn angewinkelt anheben, dabei vor linkem Schienbein kreuzen

### **STEP r, TOUCH BEHIND l, BACK l, KICK r, BACK LOCK STEP r, BACK r, HOLD**

- 1 - 2 mit rechtem Fuß Schritt vorwärts, linke Fußspitze hinter rechter Ferse auftippen
- 3 - 4 mit linkem Fuß Schritt rückwärts, mit rechtem Fuß nach vorn in die Luft kicken
- 5 - 6 mit rechtem Fuß Schritt rückwärts, linken Fuß vor rechtem Fußgelenk gekreuzt belasten
- 7 - 8 mit rechtem Fuß Schritt rückwärts, Position halten

### **BACK ROCK l, BACK l with ½ TURN r, HOLD, BACK ROCK r, BACK r with ¼ TURN l, HOLD**

- 1 mit linkem Fuß Schritt rückwärts, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 2 rechten Fuß belasten, dabei linken Fuß leicht anheben
- 3 mit linkem Fuß Schritt rückwärts, dabei ½ Drehung nach rechts ausführen
- 4 Position halten
- 5 mit rechtem Fuß Schritt rückwärts, dabei linken Fuß leicht anheben
- 6 linken Fuß belasten, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 7 mit rechtem Fuß Schritt rückwärts, dabei ¼ Drehung nach links ausführen
- 8 Position halten

### **BACK ROCK l, SIDE l, HOLD, BACK ROCK r, SIDE r, HOLD**

- 1 mit linkem Fuß Schritt rückwärts, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 2 rechten Fuß belasten, dabei linken Fuß leicht anheben
- 3 - 4 mit linkem Fuß Schritt seitwärts, Position halten
- 5 mit rechtem Fuß Schritt rückwärts, dabei linken Fuß leicht anheben
- 6 linken Fuß belasten, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 7 - 8 mit rechtem Fuß Schritt seitwärts, Position halten

### **BEHIND l, SIDE r, CROSS l, SWEEP r, CROSS r, SIDE l, BEHIND r, BACK SWEEP l**

- 1 - 2 linken Fuß hinter rechtem Bein gekreuzt belasten, mit rechtem Fuß Schritt seitwärts
- 3 linken Fuß vor rechtem Bein gekreuzt belasten
- 4 mit der rechten Fußspitze und gestrecktem rechten Bein einen Halbkreis nach vorn andeuten
- 5 - 6 rechten Fuß vor linkem Bein gekreuzt belasten, mit linkem Fuß Schritt seitwärts
- 7 rechten Fuß hinter linkem Bein gekreuzt belasten
- 8 mit der linken Fußspitze und gestrecktem linken Bein einen Halbkreis nach hinten andeuten

### **BEHIND l, SIDE r, STEP l, HOLD, ROCKING CHAIR r**

- 1 - 2 linken Fuß hinter rechtem Bein gekreuzt belasten, mit rechtem Fuß Schritt seitwärts
- 3 - 4 mit linkem Fuß Schritt vorwärts, Position halten
- 5 mit rechtem Fuß Schritt vorwärts, dabei linken Fuß leicht anheben
- 6 linken Fuß belasten, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 7 mit rechtem Fuß Schritt rückwärts, dabei linken Fuß leicht anheben
- 8 linken Fuß belasten, dabei rechten Fuß leicht anheben

## Train Wreck

Choreographie: **Niels Poulsen**  
Beschreibung: 48 Schläge, 2 Wände  
Lernstufe: Fortgeschrittene Anfänger  
Musiktyp: **Can't Let Go**  
Interpret: **Jill King**  
Tempo: 178 BPM  
Tanzbeginn: nach 48 Schlägen auf **Told**  
Seite: **2 von 2** ([www.countrybell.de](http://www.countrybell.de))



**TAG: Nach dem 1., 3. und 7. Durchgang - Blickrichtung jeweils 6 Uhr**

**¼ HEEL GRIND TURN r, BACK ROCK r, ¼ HEEL GRIND TURN r, BACK ROCK r**

- 1 rechte Ferse nach vorn aufsetzen, dabei zeigt die rechte Fußspitze nach links
- 2 rechte Fußspitze mit ¼ Drehung nach rechts zur Seite drehen, dabei mit linkem Fuß Schritt rückwärts
- 3 mit rechtem Fuß Schritt rückwärts, dabei linken Fuß leicht anheben
- 4 linken Fuß belasten, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 5 rechte Ferse nach vorn aufsetzen, dabei zeigt die rechte Fußspitze nach links
- 6 rechte Fußspitze mit ¼ Drehung nach rechts zur Seite drehen, dabei mit linkem Fuß Schritt rückwärts
- 7 mit rechtem Fuß Schritt rückwärts, dabei linken Fuß leicht anheben
- 8 linken Fuß belasten, dabei rechten Fuß leicht anheben

**LOCK STEP r, STEP r, HOLD, STEP l, PIVOT ½ r, STEP l, HOLD**

- 1 - 2 mit rechtem Fuß Schritt vorwärts, linken Fuß hinter rechtem Fußgelenk gekreuzt belasten
- 3 - 4 mit rechtem Fuß Schritt vorwärts, Position halten
- 5 mit linkem Fuß Schritt vorwärts
- 6 ½ Drehung auf beiden Ballen nach rechts ausführen, danach rechter Fuß belastet
- 7 - 8 mit linkem Fuß Schritt vorwärts, Position halten

## WIEDERHOLEN