

## Helen's Dance

Choreographie: **Sherry Stapler**  
Beschreibung: 24 Schläge, 4 Wände  
Lernstufe: Anfänger  
Musiktyp: **Lay The Heartache Down**  
Interpret: **Pam Tillis**  
Tempo: 76 BPM  
Tanzbeginn: nach 32 Schlägen auf **Spreadin'**  
Seite: **1 von 1** (www.countrybell.de)



**BACK *diag. r*, TOUCH *tog. l with CLAP*, BACK *diag. l*, TOUCH *tog. r with CLAP*,  
BACK *diag. r*, TOUCH *tog. l with CLAP*, BACK *diag. l*, TOUCH *tog. r with CLAP***

- 1 mit rechtem Fuß Schritt diagonal rückwärts
- 2 linken Fußballen neben rechtem Fuß auftippen, dabei in die Hände klatschen
- 3 mit linkem Fuß Schritt diagonal rückwärts
- 4 rechten Fußballen neben linkem Fuß auftippen, dabei in die Hände klatschen
- 5 mit rechtem Fuß Schritt diagonal rückwärts
- 6 linken Fußballen neben rechtem Fuß auftippen, dabei in die Hände klatschen
- 7 mit linkem Fuß Schritt diagonal rückwärts
- 8 rechten Fußballen neben linkem Fuß auftippen, dabei in die Hände klatschen

**SIDE *r*, TOGETHER *l*, SIDE *r*, TOUCH *tog. l*, SIDE *l*, TOGETHER *r*, SIDE *l*, TOUCH *tog. r***

- 1 - 2 mit rechtem Fuß Schritt seitwärts, linken Fuß neben rechtem Fuß belasten
- 3 - 4 mit rechtem Fuß Schritt seitwärts, linken Fußballen neben rechtem Fuß auftippen
- 5 - 6 mit linkem Fuß Schritt seitwärts, rechten Fuß neben linkem Fuß belasten
- 7 - 8 mit linkem Fuß Schritt seitwärts, rechten Fußballen neben linkem Fuß auftippen

**STEP *r*, HITCH *l*, STEP *l*, HITCH *r*, STOMP *tog. r*, STOMP *tog. l*, SIDE *r with* ¼ TURN *r*, STOMP *tog. l***

- 1 - 2 mit rechtem Fuß Schritt vorwärts, linkes Bein nach vorn angewinkelt anheben
- 3 - 4 mit linkem Fuß Schritt vorwärts, rechtes Bein nach vorn angewinkelt anheben
- 5 - 6 mit rechtem Fuß neben linkem Fuß aufstampfen, mit linkem Fuß neben rechtem Fuß aufstampfen
- 7 mit rechtem Fuß Schritt seitwärts, dabei ¼ Drehung nach rechts ausführen
- 8 mit linkem Fuß neben rechtem Fuß aufstampfen

**WIEDERHOLEN**