



## ALPEN POLKA

**Coreógrafo:** Trent & Mary Cummings

**Descripción:** 32 counts, 2 paredes, Linedance nivel Newcomer

**Música:** "Doreen" - The Tractors (120 Bpm, canción sugerida por la Asociación)

"Never Stop The Alpen Pop" - D.J. Otzi (134 Bpm sugerida por el coreógrafo)

*Con la canción de DJ Otzi, empezar a bailar después de oír "1-2-3-4" en alemán)*

**Traducido por :** Ness

### DESCRIPCION PASOS

#### 1-8: 3 HEEL TAPS, HEEL HOOK, 2 POLKA STEPS FORWARD

1-3 Touch con el tacón derecho delante tres veces

4 Hook con el pie derecho por delante del izquierdo

5&6 triple step adelante con pies derecho-izquierdo-derecho

7&8 triple step adelante con pies izquierdo-derecho-izquierdo

#### 9-16: JAZZ BOX TURNING LEFT, 2 POLKA STEPS FORWARD

1 Cruza el pie derecho por delante del izquierdo

2 Paso atrás pie izquierdo

3 Gira 1/4 de vuelta a la izquierda y Paso a la derecha pie derecho

4 Paso pie izquierdo ligeramente adelante

5&6 triple step adelante con pies derecho-izquierdo-derecho

7&8 triple step adelante con pies izquierdo-derecho-izquierdo

#### 1-24: STOMP, STOMP, DOWN, UP, POLKA BACK, COASTER STEP

1 Stomp con pie derecho in place

2 Stomp con pie izquierdo in place

3 Flexiona ligeramente las rodillas

4 Estira ambas piernas subiendo de nuevo (*Coloca las manos en la cintura en los counts 3 y 4*)

5&6 triple step hacia atrás con pies derecho-izquierdo-derecho

7 Paso atrás pie izquierdo

& Pie derecho al lado del izquierdo

8 Paso adelante pie izquierdo

#### 25-32: JAZZ BOX TURNING LEFT, STOMP, STOMP, CLAP, CLAP, CLAP

1 Cruza el pie derecho por delante del izquierdo

2 Paso atrás pie izquierdo

3 Gira 1/4 de vuelta a la izquierda y Paso a la derecha con pie derecho

4 Paso pie izquierdo ligeramente adelante

5 Stomp con el pie derecho al lado del izquierdo

6 Stomp con el pie izquierdo

7&8 Pausa dando 3 palmadas