

East Coast Switch

Choreographie: Debbie Small & Fred Rapoport
48 Count, Couple Dance



Dame und Herr stehen sich gegenüber, die Dame schaut in den Kreis der Herr nach aussen.
Beide halten sich an den Händen (Open Hand Position)

HERR

DAME

SIDE STEPS AND SLIDES

- | | | |
|------|--|--|
| 1, 2 | LF Schritt nach links, RF neben LF setzen | RF Schritt nach rechts, LF neben RF setzen |
| 3, 4 | LF Schritt nach links, RF neben LF setzen | RF Schritt nach rechts, LF neben RF setzen |
| 5, 6 | RF Schritt nach rechts, LF neben RF setzen | LF Schritt nach links, RF neben LF setzen |
| 7, 8 | RF Schritt nach rechts, LF neben RF setzen | LF Schritt nach links, RF neben LF setzen |

SWING AND PIVOT TURNS.

- | | | |
|-----|---|--|
| 1&2 | Shuffle nach links (L,R,L) | Shuffle nach rechts (R,L,R) |
| 3 | RF Schritt mit leichter Rechtsdrehung zurück
(linke Hand der Dame loslassen) | LF Schritt mit leichter Linksdrehung zurück
(rechte Hand des Herrn loslassen) |
| 4 | Gewicht zurück auf LF (Ausgangsposition) | Gewicht zurück auf RF (Ausgangsposition) |
| 5&6 | Hand wieder nehmen, Shuffle nach rechts
(R,L,R) | Hand wieder nehmen, Shuffle nach links
(L,R,L) |
| 7 | LF Schritt mit leichter Linksdrehung zurück
(rechts Hand der Dame loslassen) | RF Schritt mit leichter Rechtsdrehung
zurück (linke Hand des Herrn loslassen) |
| 8 | Gewicht zurück auf RF (Ausgangsposition) | Gewicht zurück auf LF (Ausgangsposition) |

SWING AND PIVOT TURNS.

- | | | |
|-----|--|--|
| 1&2 | Shuffle nach links (L,R,L) | Shuffle nach rechts (R,L,R) |
| 3 | RF Schritt mit leichter Rechtsdrehung zurück
(linke Hand der Dame loslassen) | LF Schritt mit leichter Linksdrehung zurück
(rechte Hand des Herrn loslassen) |
| 4 | Gewicht zurück auf LF (Ausgangsposition) | Gewicht zurück auf RF (Ausgangsposition) |
| 5-8 | LF Schritt vor, die Dame unter dem linken Arm
herumdrehen, dabei Schritte am Platz
(R,L,R,L) | RF Schritt vor, 1 1/2 Rechtsdrehung unter
dem linken Arm des Herrn (L,R,L,R) |

Beide stehen sich in geschlossener Tanzposition gegenüber (und haben sich im Gegensatz zur Anfangsposition, nun eine ¼ Rechtsdrehung gedreht)

SHUFFLES, ROCK STEP, SHUFFLES (Variante: HOLD)

- | | | |
|-------|---|---|
| 1,2 | LF Schritt nach links, RF neben LF setzen | RF Schritt nach rechts, LF neben RF setzen |
| 3&4 | Shuffle zurück mit rechts (R,L,R) | Shuffle zurück mit links (L,R,L) |
| 5, 6 | LF Schritt zurück, Gewicht zurück auf RF | RF Schritt zurück, Gewicht zurück auf LF |
| 7&8 | Shuffle nach vorne (L,R,L) | Shuffle nach vorne (R,L,R) |
| (7, 8 | LF Stampfer nach vorn, dabei leicht nach vorn
gebückt einen Hold (1 Takt lang halten)) | (RF Stampfer nach vorn, dabei leicht nach
vorn gebückt einen Hold (1 Takt lang
halten)) |

TUCK AND TURN

- | | | |
|--|---|--|
| 1&2 | Shuffle am Platz (R,L,R) mit leichter
Linksdrehung dabei die Dame unter dem linken
Arm drehen | Shuffle vor mit einer 3/ 4 Rechtsdrehung
unter dem linken Arm des Herrn ausführen |
| 3&4 | LF Schritt zurück, Gewicht zurück auf RF | RF Schritt zurück, Gewicht zurück auf LF |
| Dame und Herr stehen sich nun in Ursprungsposition gegenüber, halten sich aber nur mit einer Hand fest, (Der Herr hält mit seiner Linken die rechte Hand der Dame) | | |
| 5&6 | Handposition beibehalten, shuffle vor mit ¼
Linksdrehung (L,R,L), links an der Dame
vorbei, unter dem rechten Arm der Dame bzw.
dem eigenen linken Arm | Handposition beibehalten, shuffle vor mit ½
Rechtsdrehung (R,L,R), links am Herrn
vorbei, dabei den Herrn drehen |
| 7&8 | Shuffle zurück mit ¼ Linksdrehung (R,L,R) zur
Vollendung einer 1/2 Linksdrehung | Shuffle zurück (L,R,L) |

East Coast Switch

Choreographie: Debbie Small & Fred Rapoport
48 Count, Couple Dance



SHUFFLES & TURNS

- | | | |
|------|---|--|
| 1, 2 | LF Schritt zurück, Gewicht zurück auf RF | RF Schritt zurück, Gewicht zurück auf LF |
| 3&4 | Shuffle mit $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung nach vorn (L,R,L) | Shuffle mit $\frac{1}{4}$ Linksdrehung nach vorn (R,L,R) |
| 5&6 | Shuffle zurück (R.L.R) | Shuffle zurück (L,R,L) mit $\frac{1}{4}$ Linksdrehung zur Vollendung einer $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung |
| 7, 8 | LF Schritt zurück, Gewicht zurück auf RF | RF Schritt zurück, Gewicht zurück auf LF |

Wiederholung bis zum Ende und . . . Lächeln nicht vergessen.

Musikvorschläge:

Carlene Carter: Every Little Thing