



Foot Boogie

Toe fans, r + l

- 1, 2 rechte Fußspitze nach rechts drehen und zurück drehen
- 3, 4 rechte Fußspitze nach rechts drehen und zurück drehen
- 5, 6 linke Fußspitze nach links drehen und zurück drehen
- 7, 8 linke Fußspitze nach links drehen und zurück drehen

Toe out, heel out, toe in, heel in r + l

- 1, 2 rechte Fußspitze nach rechts drehen und rechte Ferse nach rechts drehen
- 3, 4 rechte Ferse nach links drehen und rechte Fußspitze zurück drehen
- 5, 6 linke Fußspitze nach links drehen und linke Ferse nach links drehen
- 7, 8 linke Ferse nach rechts drehen und linke Fußspitze zurück drehen

Toes out, heels out, heels in, toes in

- 1, 2 beide Fußspitzen nach außen drehen und beide Fersen nach außen drehen
- 3, 4 beide Fersen nach innen drehen und beide Fußspitzen zur Mitte drehen
- 5, 6 RF Schritt vor, LF an Ferse herangleiten lassen
- 7, 8 RF Schritt vor, linkes Knie heben

- 1, 2 LF Schritt vor und RF an Ferse herangleiten lassen
- 3 LF Schritt vor
- 4 ½ Rechtsdrehung auf linkem Ballen und RF vor linkem Schienbein kreuzen
- 5, 6 RF Schritt vor, LF an Ferse herangleiten lassen
- 7, 8 RF Schritt vor, LF aufstampfen