
Ausgangsposition: Die Dame steht mit dem Rücken vor dem Herren. Die linken Hände werden auf Schulterhöhe festgehalten, die rechte Hand des Herren ruht auf der Hüfte der Dame, welche ihre rechte Hand auf die des Herren legt.

Der Tanz beginnt mit Einsetzen des Gesangs

Herr:

Step l, Step, Step, Chassé r, Step bwd, Step bwd, Side, Cross

- 1 LF Schritt nach links - Handwechsel und nach unten halten
- 2, 3 RF Schritt nach vorn, LF Schritt nach vorn
- 4&5 RF Schritt nach rechts, LF nachziehen, RF Schritt nach rechts - Handwechsel hinter dem Rücken des Herrn
- 6, 7 LF Schritt nach hinten, RF Schritt nach hinten - Hände über dem Kopf der Dame heben
- 8& LF kleinen Schritt nach links, RF vor LF kreuzen - zurück in Ausgangsposition

CW ¼ Turn Slide

mit den folgenden 8 Schritten wird eine ¼ Drehung nach links vorn ausgeführt

- 1, 2 LF kleiner Schritt mit leichtem Bogen (1/16 Drehung) nach links, RF neben LF stellen
- 3, 4 LF kleiner Schritt mit leichtem Bogen (1/8 Drehung) nach links, RF neben LF stellen
- 5, 6 LF kleiner Schritt mit leichtem Bogen (3/16 Drehung) nach links, RF neben LF stellen
- 7, 8 LF kleiner Schritt mit leichtem Bogen (1/4 Drehung) nach links, RF neben LF stellen bei diesen Schritten im Takt mit den Hüften mitgehen

Rock Step, Shuffle bwd, Rock Back, Shuffle fwd

- 1, 2 LF Schritt nach vorn, Gewicht zurück auf RF
- 3&4 LF Schritt nach hinten, RF nachziehen, LF Schritt nach hinten
- 5, 6 RF Schritt nach hinten, Gewicht zurück auf LF
- 7&8 RF Schritt nach vorn, LF nachziehen, RF Schritt nach vorn

Step ½ Turn, Shuffle fwd, Step ½ Turn, Shuffle fwd

Hände bei den Drehungen über den Kopf der Dame heben und weiterhin festhalten

- 1, 2 LF Schritt nach vorn, ½ Rechtsdrehung auf beiden Ballen (Gewicht RF)
- 3&4 LF Schritt nach vorn, RF nachziehen, LF Schritt nach vorn
- 5, 6 RF Schritt nach vorn, ½ Linksdrehung auf beiden Ballen (Gewicht LF)
- 7&8 RF Schritt nach vorn, LF nachziehen, RF Schritt nach vorn

Dame:

Step bwd, Chassé l, Step fwd, Step fwd, Chassé r, Step bwd

- 1 RF Schritt nach rechts - Handwechsel und nach unten halten
- 2, 3 LF Schritt nach hinten, RF Schritt nach hinten
- 4&5 LF Schritt nach links, RF nachziehen, LF Schritt nach links - Handwechsel hinter dem Rücken des Herrn
- 6, 7 RF Schritt nach vorn, LF Schritt nach vorn - Hände über dem Kopf der Dame heben
- 8 RF Schritt nach rechts - zurück in Ausgangsposition

CW ¼ Turn Slide

mit den folgenden 8 Schritten wird eine ¼ Drehung nach links vorn ausgeführt

- 1, 2 LF kleiner Schritt mit leichtem Bogen (1/16 Drehung) nach links, RF neben LF stellen
- 3, 4 LF kleiner Schritt mit leichtem Bogen (1/8 Drehung) nach links, RF neben LF stellen
- 5, 6 LF kleiner Schritt mit leichtem Bogen (3/16 Drehung) nach links, RF neben LF stellen
- 7, 8 LF kleiner Schritt mit leichtem Bogen (1/4 Drehung) nach links, RF neben LF stellen bei diesen Schritten im Takt mit den Hüften mitgehen

Rock Step, Shuffle bwd, Rock Back, Shuffle fwd

- 1, 2 LF Schritt nach vorn, Gewicht zurück auf RF
- 3&4 LF Schritt nach hinten, RF nachziehen, LF Schritt nach hinten
- 5, 6 RF Schritt nach hinten, Gewicht zurück auf LF
- 7&8 RF Schritt nach vorn, LF nachziehen, RF Schritt nach vorn

Step ½ Turn, Shuffle fwd, Step ½ Turn, Shuffle fwd, Step

Hände bei den Drehungen über den Kopf der Dame heben und weiterhin festhalten

- 1, 2 LF Schritt nach vorn, ½ Rechtsdrehung auf beiden Ballen (Gewicht RF)
 - 3&4 LF Schritt nach vorn, RF nachziehen, LF Schritt nach vorn
 - 5, 6 RF Schritt nach vorn, ½ Linksdrehung auf beiden Ballen (Gewicht LF)
 - 7&8& RF Schritt nach vorn, LF nachziehen, RF Schritt nach vorn, LF neben RF stellen
-