

Ala-freakin`-Bama

Beginner

Songs: *Ala-freakin`-Bama*
I like it, I love it
Work in a progress
Artists: *Trace Adkins*
Tim McGraw
Alan Jackson
Counts: 32
Walls: 2
Choreograph: *Vicki Schembeck*

Hinweis: Der Tanz beginnt mit Einsatz des Gesangs (bei allen o.g. Songs).

Anmerkung: In der 2. Sequenz werden manchmal anstatt *Heel-struts* auch *Toe-struts* getanzt

Stomp (r), Toe-fans (r), Stomp (l) Toe-fans (l)

- 1 Rechten Fuß (mit der Fußspitze leicht nach innen) nach vorn aufstampfen
- 2-4 Rechte Fußspitze nach außen drehen (nicht absetzen) – Rechte Fußspitze nach innen drehen (nicht absetzen) – Rechte Fußspitze zur Mitte drehen und absetzen
- 5-8 Wie 1-4 aber spiegelbildlich mit links beginnend

Heel struts (r-l-r-l)

- 1-2 Rechte Hacke nach vorn aufsetzen – Rechte Fußspitze senken
- 3-4 Linke Hacke nach vorn aufsetzen – Linke Fußspitze senken
- 5-6 Wie 1-2
- 7-8 wie 5-6

Shuffle back (r-l-r-l)

- 1&2 Mit rechts einen Schritt zurück – Linken Fuß an rechten heransetzen – Mit rechts einen Schritt zurück
- 3&4 Mit links einen Schritt zurück – Rechten Fuß an linken heransetzen – Mit links einen Schritt zurück
- 5&6 Wie 1&2
- 7&8 Wie 3&4

Side-behind (r-l), Side (r) with 1/2 turn (r), Side (l), Behind-side (r-l), 2x Stomp (r-l)

- 1-2 Mit rechts einen Schritt nach rechts – Linken Fuß hinter rechten kreuzen
- 3 1/2 Drehung rechts herum ausführen (auf dem linken Ballen drehen) und dabei einen kleinen Schritt mit rechts nach vorne
- 4 Mit links einen Schritt nach links
- 5-6 Rechten Fuß hinter linken kreuzen – Mit links einen Schritt nach links
- 7-8 Rechten Fuß neben linken aufstampfen – Linken Fuß neben rechten aufstampfen

Wiederholung