



Lightning Polka

32 count, 4 wall

Side rock, behind-side-cross, side rock, sailor shuffle

- 1-2 Schritt nach rechts mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 3&4 Rechten Fuß hinter linken kreuzen - Schritt nach links mit links und rechten Fuß über linken kreuzen
- 5-6 Schritt nach links mit links, rechten Fuß et was anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 7&8 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts und Gewicht zurück auf den linken Fuß

Shuffle forward, step, pivot $\frac{1}{2}$ r, heel switches, cross over touch

- 1&2 Cha Cha nach vorn (r - l - r)
- 3-4 Schritt nach vorn mit links - $\frac{1}{2}$ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (6 Uhr)
- 5 Linke Hacke vorn auftippen
- &6 Linken Fuß an rechten heransetzen und rechte Hacke vorn auftippen
- &7 Rechten Fuß an linken heransetzen und linke Hacke vorn auftippen
- 8 Linke Fußspitze rechts vor rechter Spitze auftippen

Shuffle forward, step, pivot $\frac{1}{2}$ l, heel switches, stomp, $\frac{1}{4}$ turn r & kick

- 1&2 Cha Cha nach vorn (l - r - l)
- 3-4 Schritt nach vorn mit rechts - $\frac{1}{2}$ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (12 Uhr)
- 5 Rechte Hacke vorn auftippen
- &6 Rechten Fuß an linken heransetzen und linke Hacke vorn auftippen
- &7 Linken Fuß an rechten heransetzen und rechten Fuß neben linkem aufstampfen (ohne Gewichtswchsel)
- 8 $\frac{1}{4}$ Drehung rechts herum auf dem linken Ballen und rechten Fuß nach vorn kicken (3 Uhr)

Coaster step, shuffle forward, step, pivot $\frac{1}{2}$ l, step, step (or full turn l traveling forward)

- 1&2 Schritt zurück mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit rechts
- 3&4 Cha Cha nach vorn (l - r - l)
- 5-6 Schritt nach vorn mit rechts - $\frac{1}{2}$ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links (9 Uhr)
- 7-8 2 Schritte nach vorn (r - l)
(**Option:** in Richtung nach vorn eine volle Umdrehung links herum ausführen)

Wiederholung bis zum Ende