

Nashville Tennessee Liners

339. Holding Back The Ocean

4 Wall Line Dance, 64 Counts

"Holding Back The Ocean" by Rockie Lynne

Choreographie: Peter Metelnick & Alison Biggs

CROSS ROCK STEP, SHUFFLE RIGHT, CROSS ROCK STEP, BALL CROSS SIDE STEP LEFT

- 1 den rechten Fuß diagonal nach links vorn stellen, Gewicht auf rechts verlagern und den linken Fuß etwas heben
- 2 den linken Fuß wieder absetzen
- 3&4 Shuffle-Schritt nach rechts: rechts, links, rechts
- 5 den linken Fuß diagonal nach rechts vorn stellen, Gewicht auf links verlagern und den rechten Fuß etwas heben
- 6 den rechten Fuß wieder absetzen
- & den linken Fuß etwas nach hinten stellen
- 7 das rechte Bein vor dem linken Bein kreuzen
- 8 den linken Fuß zur Seite stellen (Blickrichtung 12 Uhr)

BACK ROCK STEP, SHUFFLE FORWARD, STEP FORWARD, TOUCH, SHUFFLE BACK

- 1 den rechten Fuß nach hinten stellen, Gewicht auf rechts verlagern und den linken Fuß etwas heben
- 2 den linken Fuß wieder absetzen
- 3&4 Shuffle-Schritt vorwärts: rechts, links, rechts
- 5 den linken Fuß nach vorn stellen
- 6 mit dem rechten Fuß neben dem linken Fuß auf tippen
- 7&8 Shuffle-Schritt rückwärts: rechts, links, rechts (Blickrichtung 12 Uhr)

½ TURN LEFT, ¼ TURN LEFT, BACK ROCK STEP, SHUFFLE LEFT, BACK ROCK STEP

- 1 auf dem rechten Fußballen eine ½ Drehung links herum ausführen und den linken Fuß nach vorn stellen (Blickrichtung 6 Uhr)
- 2 auf dem linken Fußballen eine ¼ Drehung links herum ausführen und den rechten Fuß zur Seite stellen (Blickrichtung 3 Uhr)
- 3 den linken Fuß nach hinten stellen, Gewicht auf links verlagern und den rechten Fuß etwas heben
- 4 den rechten Fuß wieder absetzen
- 5&6 Shuffle-Schritt nach links: links, rechts, links
- 7 den rechten Fuß nach hinten stellen, Gewicht auf rechts verlagern und den linken Fuß etwas heben
- 8 den linken Fuß wieder absetzen (Blickrichtung 3 Uhr)

2 x ¼ TURN LEFT, CROSS SHUFFLE, SIDE STEP LEFT, TOUCH, BALL CROSS SIDE STEP RIGHT

- 1 auf dem linken Fußballen eine ¼ Drehung links herum ausführen und den rechten Fuß nach hinten stellen (Blickrichtung 12 Uhr)
- 2 auf dem rechten Fußballen eine ½ Drehung links herum ausführen und den linken Fuß zur Seite stellen (Blickrichtung 9 Uhr)
- 3 das rechte Bein vor dem linken Bein kreuzen
- & den linken Fuß neben den rechten Fuß stellen
- 4 das rechte Bein vor dem linken Bein kreuzen
- 5 den linken Fuß zur Seite stellen
- 6 mit dem rechten Fuß neben dem linken Fuß auf tippen
- & den rechten Fuß etwas nach hinten stellen
- 7 das linke Bein vor dem rechten Bein kreuzen
- 8 den rechten Fuß zur Seite stellen (Blickrichtung 9 Uhr)

BACK ROCK STEP, ½ TURN RIGHT STEP BACK, TOGETHER, STEP LOCK, STEP LOCK STEP

- 1 den linken Fuß nach hinten stellen, Gewicht auf links verlagern und den rechten Fuß etwas heben
- 2 den rechten Fuß wieder absetzen
- 3 auf dem rechten Fußballen eine ½ Drehung rechts herum ausführen und den linken Fuß nach hinten stellen (Blickrichtung 3 Uhr)
- 4 den rechten Fuß neben den linken Fuß stellen
- 5 den linken Fuß nach vorn stellen
- 6 das rechte Bein gekreuzt hinter das linke Bein ziehen
- 7 den linken Fuß nach vorn stellen
- & das rechte Bein gekreuzt hinter das linke Bein ziehen
- 8 den linken Fuß nach vorn stellen (Blickrichtung 3 Uhr)

½ TURN LEFT, ¼ TURN LEFT, CROSS ROCK STEP, SHUFFLE RIGHT, CROSS SIDE STEP RIGHT

- 1 auf dem linken Fußballen eine ½ Drehung links herum ausführen und den rechten Fuß nach hinten stellen (Blickrichtung 9 Uhr)
- 2 auf dem rechten Fußballen eine ¼ Drehung links herum ausführen und den linken Fuß zur Seite stellen (Blickrichtung 6 Uhr)
- 3 den rechten Fuß diagonal nach links vorn stellen, Gewicht auf rechts verlagern und den linken Fuß etwas heben
- 4 den linken Fuß wieder absetzen
- 5&6 Shuffle-Schritt nach rechts: rechts, links, rechts
- 7 das linke Bein vor dem rechten Bein kreuzen
- 8 den rechten Fuß zur Seite stellen (Blickrichtung 6 Uhr)

¼ TURN LEFT COASTER STEP, (SKATER) STEPS FORWARD, JAZZ BOX CROSS

- 1 auf dem rechten Fußballen eine ¼ Drehung links herum ausführen und den linken Fuß nach hinten stellen (Blickrichtung 3 Uhr)
- & den rechten Fuß neben den linken Fuß stellen
- 2 den linken Fuß nach vorn stellen
- 3,4 2 Schritte vorwärts gehen: rechts, links
(optional 2 Skater-Schritte ausführen: den linken Hacken nach außen drehen und den rechten Fuß nach vorn stellen, den rechten Hacken nach außen drehen und den linken Fuß nach vorn stellen)
- 5 das rechte Bein vor dem linken Bein kreuzen
- 6 den linken Fuß nach hinten stellen
- 7 den rechten Fuß nach hinten stellen (die Füße stehen schulterbreit auseinander)
- 8 das linke Bein vor dem rechten Bein kreuzen
(Ende: das rechte Bein vor dem linken Bein kreuzen und auf beiden Fußballen eine ½ Drehung links herum ausführen, Blickrichtung 12 Uhr)

SIDE STEP RIGHT, BEHIND, ¼ TURN RIGHT STEP FORWARD, ¼ PIVOT TURN RIGHT, CROSS, ¼ TURN LEFT STEP BACK, ¼ TURN LEFT SIDE STEP LEFT

- 1 den rechten Fuß zur Seite stellen
- 2 das linke Bein hinter dem rechten Bein kreuzen
- 3 auf dem linken Fußballen eine ¼ Drehung rechts herum ausführen und den rechten Fuß nach vorn stellen (Blickrichtung 6 Uhr)
- 4 den linken Fuß nach vorn stellen
- 5 auf beiden Fußballen eine ¼ Drehung rechts herum ausführen (Blickrichtung 9 Uhr)
- 6 das linke Bein vor dem rechten Bein kreuzen
- 7 auf dem linken Fußballen eine ¼ Drehung links herum ausführen und den rechten Fuß nach hinten stellen (Blickrichtung 6 Uhr)
- 8 auf dem rechten Fußballen eine ¼ Drehung links herum ausführen und den linken Fuß zur Seite stellen (Blickrichtung 3 Uhr).

Beginn von vorn