

The shake

32 Counts

4 Wall Line Dance

The Shake by Neal McCoy

1 - 8 Monterey Turn - Toe Heel Walk Back

mit rechter Fußspitze rechts außen antippen
rechts an links heranziehen, dabei $\frac{1}{2}$ Drehung nach rechts (CW)
mit linker Fußspitze außen antippen
links an rechts heran
mit rechts einen kleinen Schritt zurück, nur den Ballen belasten
rechten Absatz abstellen
mit links neben rechts, nur den Ballen belasten
linken Absatz abstellen

9 - 16 Toe Heel Lifts - Apple Jacks

linke Fußspitze und rechten Absatz hochheben
linke Fußspitze und rechten Absatz abstellen
rechte Fußspitze und linken Absatz hochheben
rechte Fußspitze und linken Absatz abstellen
linke Fußspitze und rechten Absatz hochheben, dabei linke Fußspitze u. rechten Absatz nach links drehen
linke Fußspitze und rechten Absatz zur Mitte und abstellen
rechte Fußspitze und linken Absatz hochheben, dabei rechte Fußspitze u. linken Absatz nach rechts drehen
rechte Fußspitze und linken Absatz zur Mitte und abstellen

17 - 24 Grapevine rechts - Grapevine links m. $\frac{1}{4}$ Drehung

mit rechts einen kleinen Schritt nach rechts
mit links einen kleinen Schritt nach rechts, dabei hinten kreuzen
mit rechts einen kleinen Schritt nach rechts
mit links neben rechts antippen
mit links einen kleinen Schritt nach links
mit rechts einen kleinen Schritt nach links, dabei hinten kreuzen
mit links einen kleinen Schritt nach links, dabei $\frac{1}{4}$ Drehung nach links (CCW)
mit rechts neben links antippen

25 - 32 Hip Bumps

Hüfte nach rechts
Hüfte nach rechts
Hüfte nach links
Hüfte nach links
Hüfte nach rechts
Hüfte nach links
Hüfte nach rechts
Hüfte nach links

Der Tanz ist zu Ende und beginnt wieder von vorne.