

Keep It Lit

Choreographie: Fabian Müller (Juni 2019)

Beschreibung:	88 Count, 1 Wall, Advanced Phrased Line Dance, Catalan Style
Musik:	Keep It Lit von Tegan Marie, BPM: 117
Hinweis:	Der Tanz beginnt mit dem Einsatz des Gesangs
Abfolge/Sequenz:	AABC, ABC, Brücke/Tag, AB, Ende/Ending

Part/Teil A (32 Counts)

1) 1-8 Shuffle Forward right, Kick Diagonal Forward l-Ball l-Cross r, ¼ Turn left/Rock Step Forward left, ¼ Turn left/Step Back l, Coaster Step

- 1&2 Rechter Fuss Schritt nach vorne - Linken Fuss an rechten heransetzen und rechter Fuss Schritt nach vorne
 3& Linken Fuss nach schräg/diagonal links vorne kicken - Linken Fuss an rechten heransetzen
 4 Rechten Fuss vor linken kreuzen
 5 ¼ Drehung links herum und linker Fuss Schritt nach vorne, rechten Fuss etwas anheben
 6& Gewicht zurück auf den rechten Fuss - ¼ Drehung links herum und linker Fuss Schritt nach hinten
 7&8 Rechter Fuss Schritt nach hinten - Linken Fuss an rechten heransetzen und rechter Fuss Schritt nach vorne

2) 9-16 Shuffle Forward left, Shuffle Back right ½ Turning let, Coaster Step left, Kick Diagonal Forward r-Ball r-Cross l

- 1&2 Linker Fuss Schritt nach vorne - Rechten Fuss an linken heransetzen und linker Fuss Schritt nach vorne
 3& ¼ Drehung links herum und rechter Fuss Schritt seitwärts nach rechts - Linken Fuss an rechten heransetzen
 4 ¼ Drehung links herum und rechter Fuss Schritt nach hinten
 5&6 Linker Fuss Schritt nach hinten - Rechten Fuss an linken heransetzen und linker Fuss Schritt nach vorne
 7& Rechten Fuss nach schräg/diagonal rechts vorne kicken - Rechten Fuss an linken heransetzen
 8 Linken Fuss vor rechten kreuzen

3) 17-24 Side Rock Step right, Behind r-Side l-Cross r, Side Rock Step left, Behind l-Side r-Cross l

- 1-2 Rechter Fuss Schritt seitwärts nach rechts, linken Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuss
 3&4 Rechten Fuss hinter linken kreuzen - Linker Fuss Schritt seitwärts nach links und rechten Fuss vor linken kreuzen
 5-6 Linker Fuss Schritt seitwärts nach links, rechten Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuss
 7&8 Linken Fuss hinter rechten kreuzen - Rechter Fuss Schritt seitwärts nach rechts und linken Fuss vor rechten kreuzen

4) 25-32 Rock Step Forward right, Coaster Step right, Rocking Chair left, Step Forward l, Stomp Up r

- 1-2 Rechter Fuss Schritt nach vorne, linken Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuss
 3&4 Rechter Fuss Schritt nach hinten - Linken Fuss an rechten heransetzen und rechter Fuss Schritt nach vorne
 5& Linker Fuss Schritt nach vorne, rechten Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuss
 6& Linker Fuss Schritt nach hinten, rechten Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuss
 7-8 Linker Fuss Schritt nach vorne - Rechten Fuss neben linkem aufstampfen (ohne Gewichtswechsel)

Part/Teil B (16 Counts)

1) 1-8 Running Man (Jump Out Forward, Hitch l, Jump Out Forward), Flick Behind r, Jump Out Side, Cross r, Jump Out Side, Flick Behind r, Heel Switches/Touches Forward r, l + r, Flick Behind r, Long Side r, Slide l

- & (Gesprungen) Rechtes Knie anheben
 1 (Gesprungen) Mit beiden Beinen vorwärts auseinander springen, rechter Fuss nach vorne und linker nach hinten
 & (Gesprungen) Sprung auf den rechten Fuss und linkes Knie anheben
 2 (Gesprungen) Mit beiden Beinen vorwärts auseinander springen, linker Fuss nach vorne und rechter nach hinten
 & (Gesprungen) Sprung auf den linken Fuss und rechten Fuss hinter linkem Bein hochschnellen/anwinkeln
 3 (Gesprungen) Mit beiden Beinen auseinander springen
 & (Gesprungen) Linker Fuss Sprung zurück in die Mitte und rechten Fuss vor linkem kreuzen
 4 (Gesprungen) Mit beiden Beinen auseinander springen
 & (Gesprungen) Sprung auf den linken Fuss und rechten Fuss hinter linkem Bein hochschnellen/anwinkeln
 5& (Gesprungen) Rechte Ferse vorne auftippen - Linke Ferse vorne auftippen
 6& (Gesprungen) Rechte Ferse vorne auftippen - Rechten Fuss hinter linkem Bein hochschnellen/anwinkeln
 7-8 Rechter Fuss grossen Schritt seitwärts nach rechts - Linken Fuss an rechten heranziehen

2) 9-16 Jumping Kick Forward l, Cross l, Step Back r, Jumping Rock Step Back left, Flick Side l, Stomp Up l, Kick Diagonal Forward l, Flick Behind r, Kick Diagonal Forward l + r, Flick Side l, Stomp Up l

- 1& (Gesprungen) Linken Fuss nach vorne kicken - Linken Fuss vor rechten kreuzen
 2a (Gesprungen) Rechter Fuss Sprung/Schritt nach hinten - Linker Fuss Sprung nach hinten und rechten Fuss nach vorne kicken
 3 (Gesprungen) Gewicht/Sprung zurück auf den rechten Fuss und linken Fuss seitwärts nach links hochschnellen/anwinkeln
 4 Linken Fuss neben rechtem aufstampfen (ohne Gewichtswechsel)
 5 (Gesprungen) Linken Fuss nach schräg/diagonal links vorne kicken
 & (Gesprungen) Linker Fuss Sprung seitwärts nach links und rechten Fuss hinter linkem Bein hochschnellen/anwinkeln
 6 (Gesprungen) Rechter Fuss Sprung seitwärts nach links und linken Fuss nach schräg/diagonal links vorne
 a (Gesprungen) Sprung zurück auf den linken Fuss und rechten Fuss nach schräg/diagonal rechts vorne kicken
 7 (Gesprungen) Sprung auf den rechten Fuss und linken Fuss seitwärts nach links hochschnellen/anwinkeln
 8 Linken Fuss neben rechtem aufstampfen (ohne Gewichtswechsel)

3) 17-24 Running Man (Jump Out Forward, Hitch r, Jump Out Forward), Flick Behind l, Jump Out Side, Cross l, Jump Out Side, Flick Behind l, Heel Switches/Touches Forward l, r + l, Flick Behind l, Long Side l, Slide r

- & (Gesprungen) Linkes Knie anheben
- 1 (Gesprungen) Mit beiden Beinen vorwärts auseinander springen, linker Fuss nach vorne und rechter nach hinten
- & (Gesprungen) Sprung auf den linken Fuss und rechtes Knie anheben
- 2 (Gesprungen) Mit beiden Beinen vorwärts auseinander springen, rechter Fuss nach vorne und linker nach hinten
- & (Gesprungen) Sprung auf den rechten Fuss und linken Fuss hinter rechtem Bein hochschnellen/anwinkeln
- 3 (Gesprungen) Mit beiden Beinen auseinander springen
- & (Gesprungen) Rechter Fuss Sprung zurück in die Mitte und linken Fuss vor rechtem kreuzen
- 4 (Gesprungen) Mit beiden Beinen auseinander springen
- & (Gesprungen) Sprung auf den rechten Fuss und linken Fuss hinter rechtem Bein hochschnellen/anwinkeln
- 5& (Gesprungen) Linke Ferse vorne auftippen - Rechte Ferse vorne auftippen
- 6& (Gesprungen) Linke Ferse vorne auftippen - Linken Fuss hinter rechtem Bein hochschnellen/anwinkeln
- 7-8 Linker Fuss grossen Schritt seitwärts nach links - Rechten Fuss an linken heranziehen

4) 25-32 Jumping Kick Forward r, Cross r, Step Back l, Jumping Rock Step Back right, Flick Side r, Stomp Up r, Kick Diagonal Forward r, Flick Behind l, Kick Diagonal Forward r + l, Flick Side r, Stomp Up r

- 1& (Gesprungen) Rechten Fuss nach vorne kicken - Rechten Fuss vor linken kreuzen
- 2a (Gesprungen) Linker Fuss Sprung/Schritt nach hinten - Rechter Fuss Sprung nach hinten und linken Fuss nach vorne kicken
- 3 (Gesprungen) Gewicht/Sprung zurück auf den linken Fuss und rechten Fuss seitwärts nach rechts hochschnellen/anwinkeln
- 4 Rechten Fuss neben linkem aufstampfen (ohne Gewichtswechsel)
- 5 (Gesprungen) Rechten Fuss nach schräg/diagonal rechts vorne kicken
- & (Gesprungen) Rechter Fuss Sprung seitwärts nach rechts und linken Fuss hinter rechtem Bein hochschnellen/anwinkeln
- 6 (Gesprungen) Linker Fuss Sprung seitwärts nach rechts und rechten Fuss nach schräg/diagonal rechts vorne
- a (Gesprungen) Sprung zurück auf den rechten Fuss und linken Fuss nach schräg/diagonal links vorne kicken
- 7 (Gesprungen) Sprung auf den linken Fuss und rechten Fuss seitwärts nach rechts hochschnellen/anwinkeln
- 8 Rechten Fuss neben linkem aufstampfen (ohne Gewichtswechsel)

5) 33-40 ¼ Turn left/Rock Step Forward right, ½ Turn right/Rock Step Forward right Twice, ¼ Turn right/Step Forward r, Stomp Forward l, Hold 3x

- 1 ¼ Drehung links herum und rechter Fuss Schritt nach vorne, linken Fuss etwas anheben
- & Gewicht zurück auf den linken Fuss
- 2 ½ Drehung rechts herum und rechter Fuss Schritt nach vorne, linken Fuss etwas anheben
- & Gewicht zurück auf den linken Fuss
- 3 ½ Drehung rechts herum und rechter Fuss Schritt nach vorne, linken Fuss etwas anheben
- & Gewicht zurück auf den linken Fuss
- 4-5 ¼ Drehung rechts herum und rechter Fuss Schritt nach vorne - Linken Fuss vorne aufstampfen
- 6-7-8 Halten (3 Taktschläge)

Part/Teil C (16 Counts)

1) 1-8 Jumping Rock Step Diagonal Forward right, ½ Turn right/Rock Step Forward right, ½ Turn right/Shuffle Forward right, Flick Side l/Slap l, Stomp Up l, Left Heel Swivel to left/Return, Pivot ½ Turn left, Dorothy Step Forward left

- 1 (Gesprungen) Rechter Fuss Sprung nach schräg/diagonal rechts vorne/linken Fuss hinter rechtem Bein kreuzen/anwinkeln
- & (Gesprungen) Gewicht/Sprung zurück auf den linken Fuss
- 2 ½ Drehung rechts herum und rechter Fuss Schritt nach vorne, linken Fuss etwas anheben
- & Gewicht zurück auf den linken Fuss
- 3& ½ Drehung rechts herum und rechter Fuss Schritt nach vorne - Linken Fuss an rechten heransetzen
- 4 Rechter Fuss Schritt nach vorne
- & Linken Fuss seitlich nach links hochschnellen/anwinkeln und mit der linken Hand an die Ferse klatschen
- 5& Linken Fuss neben rechtem aufstampfen (ohne Gewichtswechsel) - Linke Ferse nach links drehen
- 6& Linke Ferse wieder zurück in die Mitte drehen - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts
- 7-8& Linker Fuss Schritt vorne - Rechten Fuss hinter linken einkreuzen und linker Fuss Schritt nach vorne

2) 9-16 Jumping Rock Step Diagonal Forward right, ½ Turn right/Rock Step Forward right, ½ Turn right/Shuffle Forward right, Flick Side l/Slap l, Stomp Up l, Left Heel Swivel to left/Return, Pivot ½ Turn left, Heel Strut Forward left

- 1 (Gesprungen) Rechter Fuss Sprung nach schräg/diagonal rechts vorne/linken Fuss hinter rechtem Bein kreuzen/anwinkeln
- & (Gesprungen) Gewicht/Sprung zurück auf den linken Fuss
- 2 ½ Drehung rechts herum und rechter Fuss Schritt nach vorne, linken Fuss etwas anheben
- & Gewicht zurück auf den linken Fuss
- 3& ½ Drehung rechts herum und rechter Fuss Schritt nach vorne - Linken Fuss an rechten heransetzen
- 4 Rechter Fuss Schritt nach vorne
- & Linken Fuss seitlich nach links hochschnellen/anwinkeln und mit der linken Hand an die Ferse klatschen
- 5& Linken Fuss neben rechtem aufstampfen (ohne Gewichtswechsel) - Linke Ferse nach links drehen
- 6& Linke Ferse wieder zurück in die Mitte drehen - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts
- 7-8& Linker Fuss Schritt nach vorne, nur die Ferse aufsetzen - Ganzen Fuss absenken

Wiederholung bis zum Ende

Abfolge/Sequenz: AABC, ABC, Brücke/Tag, AB, Ende/Ending

Brücke/Tag (24 Counts)**1) 1-8 Stomp Forward r, Flick Behind l/Slap r, Stomp Back l, Kick Forward r + l, Cross l, Hitch l, Stomp Forward l, Flick Behind r/Slap l, Stomp Back r, Kick Forward l + r, Cross r, Hitch r**

- 1 Rechten Fuss vorne aufstampfen
 & Linken Fuss hinter rechtem Bein hochschnellen/anwinkeln und mit der rechten Hand an die Ferse klatschen
 2 Linken Fuss hinten aufstampfen
 3&4 Rechten Fuss nach vorne kicken - Linken Fuss nach vorne kicken - Linken Fuss vor rechten kreuzen
 & **(Gesprungen)** Sprung auf den rechten Fuss und linkes Knie vor rechtem gekreuzt anheben
 5 Linken Fuss vorne aufstampfen
 & Rechten Fuss hinter linkem Bein hochschnellen und mit der linken Hand an die Ferse klatschen
 6 Rechten Fuss hinten aufstampfen
 7&8 Linken Fuss nach vorne kicken - Rechten Fuss nach vorne kicken - Rechten Fuss vor linken kreuzen
 & **(Gesprungen)** Sprung auf den linken Fuss und rechtes Knie vor linkem gekreuzt anheben

2) 9-16 Stomp Forward r, Flick Behind l/Slap r, Stomp Back l, Kick Forward r + l, Cross l, Hitch r, Step Forward l, Heel Swivel to left/Return, Step Forward r, Heels Swivel to right/Return

- 1 Rechten Fuss vorne aufstampfen
 & Linken Fuss hinter rechtem Bein hochschnellen/anwinkeln und mit der rechten Hand an die Ferse klatschen
 2 Linken Fuss hinten aufstampfen
 3&4 Rechten Fuss nach vorne kicken - Linken Fuss nach vorne kicken - Linken Fuss vor rechten kreuzen
 & **(Gesprungen)** Sprung auf den rechten Fuss und linkes Knie vor rechtem gekreuzt anheben
 5&6 Linker Fuss Schritt nach vorne - Linke Ferse nach links drehen und linke Ferse wieder zurück in die Mitte drehen
 7&8 Rechter Fuss Schritt nach vorne - Beide Fersen nach rechts drehen und beide Fersen zurück in die Mitte drehen

3) 17-24 Long Step Back r, Slide l, Hold 6x

- 1-2 Rechter Fuss langen Schritt nach hinten - Linken Fuss an rechten heranziehen
 3-4...8 Halten (6 Taktschläge)

Ende/Ending (48 Counts)**1) 1-8 ¼ Turn left/Rock Step Forward right, ½ Turn right/Rock Step Forward right Twice, ¼ Turn right/Step Forward r, Stomp Forward l, Hold 3x**

- 1&2..16 Section 5 von Part/Teil B wiederholen

2) 9-16 ¼ Turn left/Rock Step Forward right, ½ Turn right/Rock Step Forward right Twice, ¼ Turn right/Step Forward r, Stomp Forward l, Hold 3x

- 1&2..16 Section 5 von Part/Teil B wiederholen

3) 17-24 Jumping Rock Step Diagonal Forward right, ½ Turn right/Rock Step Forward right, ½ Turn right/Shuffle Forward right, Flick Side l/Slap l, Stomp Up l, Left Heel Swivel to left/Return, Pivot ½ Turn left, Dorothy Step Forward left

- 1&2...8 Section 1 von Part/Teil C wiederholen

4) 25-32 Jumping Rock Step Diagonal Forward right, ½ Turn right/Rock Step Forward right, ½ Turn right/Shuffle Forward right, Flick Side l/Slap l, Stomp Up l, Left Heel Swivel to left/Return, Pivot ½ Turn left, Heel Strut Forward left

- 1&2...8 Section 2 von Part/Teil C wiederholen

5) 33-40 Jumping Rock Step Diagonal Forward right, ½ Turn right/Rock Step Forward right, ½ Turn right/Shuffle Forward right, Flick Side l/Slap l, Stomp Up l, Left Heel Swivel to left/Return, Pivot ½ Turn left, Dorothy Step Forward left

- 1&2...8 Section 1 von Part/Teil C wiederholen

5) 41-48 Rock Step Forward right, ½ Turn right/Rock Step Forward right, ½ Turn right/Rock Step Forward right, ½ Turn right/Step Forward r, Stomp Forward l, Hold 3x

- 1& Rechter Fuss Schritt nach vorne, linken Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuss
 2 ½ Drehung rechts herum und rechter Fuss Schritt nach vorne, linken Fuss etwas anheben
 & Gewicht zurück auf den linken Fuss
 3 ½ Drehung rechts herum und rechter Fuss Schritt nach vorne, linken Fuss etwas anheben
 & Gewicht zurück auf den linken Fuss
 4-5 ½ Drehung rechts herum und rechter Fuss Schritt nach vorne - Linken Fuss vorne aufstampfen
 6-7-8 Halten

Abfolge/Sequenz: AABC, ABC, Brücke/Tag, AB, Ende/Ending