

# Irish Stew



**Choreographie:** Lois Lightfoot

**Beschreibung:** 32 counts, 4 wall, beginner/intermediate line dance  
Lilt

**Musik:** Irish Stew by Sham Rock (125 BPM)  
Tell Me Ma by Shamrock (144 BPM)

## **1-8 Side toe switches, claps (2x), heel switches, claps (2x)**

- 1 re gestrecktes Bein mit gestr. Fußspitzen re auftippen,
- & re Fuß neben li abstellen,
- 2 li gestrecktes Bein mit gestr. Fußspitzen li auftippen,
- & li Fuß neben re abstellen,
- 3 re gestrecktes Bein mit gestr. Fußspitzen re auftippen,
- & 4 2 x klatschen,
- 5 & 6 re Ferse vorne aufstellen, re Fuß neben li abstellen, li Ferse vorne aufstellen,
- & 7 li Fuß neben re abstellen, re Ferse vorne aufstellen,
- & 8 2 x klatschen,

## **9-16 triple step, rock step, coaster step, step turn ½ l,**

- 1 & 2 re Fuß Schritt nach vor, li Fuß hinter re heransetzen, re Fuß Schritt vor,
- 3 li Fuß Schritt nach vor dabei re Fuß entlasten (nicht anheben),
- 4 Gewicht zurück auf den re Fuß,
- 5 & 6 li Fuß Schritt zurück, re Fuß an li heransetzen (Ballen), li Fuß Schritt nach vor,
- 7 – 8 re Fuß Schritt nach vor, ½ Drehung über die li Schulter (Gew. am Ende am li Fuß),

## **17-24 cross rock, triple side, (r + l)**

- 1 re Fuß vor li kreuzen dabei li Fuß entlasten (nicht anheben),
- 2 Gewicht zurück auf den li Fuß
- 3 & 4 re Fuß Schritt zur Seite, li Fuß an re heransetzen, re Fuß Schritt zur Seite,
- 5 li Fuß vor re kreuzen dabei re Fuß entlasten (nicht anheben),
- 6 Gewicht zurück auf den re Fuß
- 7 & 8 li Fuß Schritt zur Seite, re Fuß an li heransetzen, li Fuß Schritt zur Seite,

## **25-32 point forw., point side, sailor step, point forw., point side, sailor turn ¼ l.**

- 1 re gestrecktes Bein mit gestr. Fußspitze vorne auftippen,
- 2 re gestrecktes Bein mit gestr. Fußspitze re seitlich auftippen,
- 3 & 4 re Fuß hinter li Fuß kreuzen, li Fuß Schritt zur Seite, re Fuß Schritt zur Seite
- 5 li gestrecktes Bein mit gestr. Fußspitze vorne auftippen,
- 6 li gestrecktes Bein mit gestreckter Fußspitze li seitlich auftippen,
- 7 & 8 li Fuß hinter re Fuß kreuzen, ¼ Dreh. über die li Schulter mit einem Schritt zur Seite nach re (9 Uhr), li Fuß Schritt zur Seite.

**Viel Spaß beim Tanzen!**