

BACK ON TRACK

CHOREO: Lilly Hollnsteiner & Mario Niederhuber
MUSIC: I Got My Baby Back – Derek Ryan

TYPE: Intermediate / Cuple Dance
80Counts / 4 Wall

- SECT-1**
H: BACK ROCK, STOMP, STOMP, SLOW COASTER STEP FWD, SCUFF
D: BACK ROCK, STOMP, STOMP, SLOW COASTER STEP BACK, SCUFF
- 1-2 H: LF Schritt retour & RF etwas anheben – vor auf RF
D: **RF Schritt retour & LF etwas anheben – vor auf LF**
- 3-4 H: LF Stomp neben RF – RF Stomp neben LF
D: **RF Stomp neben LF - LF Stomp neben RF**
- 5-8 H: RF Schritt vor – LF anstellen – RF retour – LF Scuff
D: **LF Schritt retour - RF anstellen - LF Schritt vor - RF Stomp neben LF**
- SECT-2**
H: WAVE L, SIDE ROCK BACK ¼ TURN L, ¾ TURN L, SCUFF
D: WAVE R, SIDE ROCK BACK ¼ TURN R, ¾ TURN R, SCUFF
- 1-4 H: LF Schritt links – RF hinter LF kreuzen – LF Schritt links – RF vor LF kreuzen
D: **RF Schritt rechts – LF hinter RF kreuzen – RF Schritt rechts – LF vor RF kreuzen**
- 5-6 H: LF Schritt links – mit ¼ Linksdrehung retour auf RF
D: **RF Schritt rechts – mit ¼ Rechtsdrehung retour auf LF**
- 7-8 H: ¾ Linksdrehung & Schritt vor – RF Scuff neben LF
D: **¾ Rechtsdrehung & Schritt vor – LF Scuff neben RF**
- SECT-3**
H: VINE R, SCUFF, VINE L, STOMP
D: WAVE L, ¼ TURN L ROCK FWD, ¼ TURN L, TOE STRUT
- 1-4 H: RF Schritt rechts – LF hinter RF kreuzen – RF Schritt rechts – LF Scuff neben RF
D: **LF Schritt links – RF hinter LF kreuzen – LF Schritt links – RF vor LF kreuzen**
- 5-6 H: LF Schritt links – RF hinter LF kreuzen
D: **mit ¼ Linksdrehung LF Schritt vor & RF etwas anheben – retour auf RF**
- 7-8 H: LF Schritt links – RF Stomp neben LF
D: **mit ¼ Linksdrehung LF Spitze links auftippen – Ferse abstellen**
- SECT-4**
H+D: TOE STRUT'S R+L, KICK, HOOK, KICK, FLICK
- 1-4 H+D: RF Spitze auftippen – Ferse abstellen – LF Spitze auftippen – Ferse abstellen
5-8 RF Kick vor – Hook vor LF – Kick vor - Flick
- SECT-5**
H+D: STEP, ½ TURN L, STEP, HOLD, STEP, ½ TURN R, ¼ TURN R STEPL & TOE STRUT
- 1-4 RF Schritt vor – ½ Linksdrehung – RF Schritt vor - Halten
5-6 LF Schritt vor – ½ Rechtsdrehung
7-8 ¼ Rechtsdrehung & LF Schritt links, Spitze auftippen – Ferse abstellen
- SECT-6**
H: TOE STRUT'S R+L, BACK ROCK, STEP, SCUFF
D: TOE STRUT ¼ TURN R, TOE STRUT ¼ TURN R, BACK ROCK, STEP, STEP
- 1-2 H: RF Spitze auftippen – Ferse abstellen
D: **RF Spitze rechts auftippen – ¼ Rechtsdrehung & Ferse abstellen**
- 3-4 H: LF Spitze auftippen – Ferse abstellen
D: **LF Spitze vorne auftippen – ¼ Rechtsdrehung & Ferse abstellen**
- 5-6 H: LF Schritt retour & RF etwas anheben – vor auf RF
D: **RF retour & LF etwas anheben – vor auf LF**
- 7-8 H: LF Schritt vor – RF Scuff
D: **RF Schritt vor – LF Schritt vor**

- SECT-7 H+D: VINE R, TOUCH, ROLLING VINE L, STOMP**
 1-4 RF Schritt rechts – LF hinter RF kreuzen – RF Schritt rechts – LF neben RF auf tippen
 5-6 ¼ Linksdrehung & LF Schritt vor – ½ Linksdrehung & RF retour
 7-8 ¼ Linksdrehung & LF Schritt links – RF Stomp neben LF
- SECT-8 H+D: STEP R, STOMP, STEP DIAG. L FWD, HIP PUMPS & STOMP, KICK 2X, BACK ROCK**
 1-2 RF Schritt rechts – LF Stomp neben RF
 3-4 LF Schräg links vor – RF Stomp neben LF (dabei mit den Hüften berühren)
 5-8 RF 2X Kick vor – RF Schritt retour & LF etwas anheben – vor auf RF
- SECT-9 H: TOE STRUT'S R+L, STEP R, STOMP, STEP L, STOMP UP**
D: STEP, ½ TURN L, TOE STRUT ½ TURN L, STEP L, STOMP, STEP R, STOMP UP
 1-4 H: RF Spitze auf tippen – Ferse abstellen -LF Spitze auf tippen – Ferse abstellen
D: RF Schritt vor – ½ Linksdrehung – RF Spitze vorne auf tippen – ½ Linksdrehung & Ferse abstellen
 5-8 H: RF Schritt rechts – LF Stomp neben RF – LF Schritt links – RF Stomp Up neben LF
D: LF Schritt links – RF Stomp neben LF – RF Schritt rechts – LF Stomp Up neben RF
- SECT-10 H: FLICK & JUMP TWICE BACK ½ TURN R, STEP FWD, STOMP, APPLEJACKS**
D: KICK & JUMP TWICE FWD ½ TURN L, STEP BACK, STOMP, APPLEJACKS
 1-2 H: RF nach hinten anheben & mit ½ Rechtsdrehung 2 Sprünge am LF retour
D: LF Kick vor & mit ½ Rechtsdrehung 2 Sprünge am RF vor
 3-4 H: RF Schritt vor – LF Stomp neben RF
D: LF Schritt retour – RF Stomp neben LF
 5-6 H: RF Ferse nach innen & LF Spitze nach außen drehen – beide retour
D: LF Ferse nach innen & RF Spitze nach außen drehen – beide retour
 7-8 H: LF Ferse nach innen & RF Spitze nach außen drehen – beide retour
D: RF Ferse nach innen & LF Spitze nach außen drehen – beide retour