

# Cheyenne - Woman

**Choreograf** Arne Stakkestad  
**Beschreibung** 48 Zählimpuls, Anfänger/ Intermediate  
Polka, Partner/Kreistanz  
Mann innerhalb des Kreises, Dame gegenüberstellend.  
Die rechte Hand des Mannes auf Hüfte der Dame.  
Die linke Hand der Dame auf rechte Schulter des Mannes.  
Die linke Hand des Mannes in der rechten Hand der Dame auf Schulterniveau.

**Musik** Be My Cheyenne Woman - Rene Guylle  
I'm Going To Jackson - Johnny Cash & June Carter [Polka]

---

## MANN:

## DAME:

### 4 x im Wechsel Toe Strut (Fußspitze vorne auftippen)

1 & 8	Linke Fußspitze vorne auftippen Rechte Fußspitze vorne auftippen, Linke Fußspitze vorne auftippen Rechte Fußspitze vorne auftippen	Rechte Fußspitze vorne auftippen Linke Fußspitze vorne auftippen Rechte Fußspitze vorne auftippen Linke Fußspitze vorne auftippen
-------	---	--

### ¼ Umdrehung und Shuffle, x 4 (insgesamt volle Drehung )

#### *Hände loslassen*

#### *Linker Arm des Mannes nach hinten, echter Arm der Dame nach hinten*

9 & 10	Drehen ¼ nach links und Shuffle vorwärts links, rechts, links,	Drehen ¼ nach rechts und Shuffle vorwärts rechts, link, rechts,
11 & 12	Drehen ¼ nach links und Shuffle seitlich, rechtes, link, recht	Drehen ¼ nach rechts und Shuffle seitlich links, rechts links
13 & 14	Drehen ¼ nach links und Shuffle zurück links, rechts, links	Drehen ¼ nach rechts und Shuffle zurück rechts, links, rechts
15 & 16	Drehen ¼ nach rechts und Shuffle seitlich rechts, link, rechts	Drehen ¼ nach rechts und Shuffle seitlich, links, rechts links

### *Zurück in Anfangsposition*

### **Diagonal 4 x Shuffle**

17 & 18	Shuffle diagonal vorwärts links, rechts, links	Shuffle diagonal rückwärts rechts, links, rechts
19 & 20	Shuffle diagonal vorwärts rechts, links, rechts	Shuffle diagonal rückwärts links, rechts, links
21 & 22	Shuffle diagonal rückwärts links, rechts, links	Shuffle diagonal vorwärts rechts, links, rechts
23 & 24	Shuffle diagonal rückwärts rechts, links, rechts	Shuffle diagonal vorwärts links, rechts, links

- 25 & 26 **Seitlich Step, Kick, seitlich Step,**  
Links Tep und mit dem rechten Fuß einen Kick nach rechts diagonal treten  
Rechts Tep und mit dem linken Fuß zur rechten diagonal treten  
*(zwischen die Beine des Mannes)*
- 27 & 28 **Klatschen: Rechte Hand der Dame zur rechten Hand des Mannes**  
Rechts Tep und nach links einen Kick diagonal  
Links Tep und mit dem rechtem Fuß einen Kick  
*(zwischen die Beine des Mannes)*  
**Klatschen: Linke Hand der Dame zur linken Hand des Mannes**
- 29 & 32 Links Rock Step vorwärts und links Rock Step zurück  
Rechts Rock Step zurück, rechts Rock Step vorwärts
- 33 & 36 **Volle Drehung nebeneinander, laufen**  
Links einen Schritt vorwärts (rechte Schulter des Mannes gegen rechte Schulter der Dame)  
¼ Drehung rechts, Schritt vorwärts mit rechts,  
¼ Drehung rechts, Schritt vorwärts mit links  
¼ Drehung rechts, Schritt vorwärts mit rechts  
Rechts einen Schritt rechts vorwärts (rechte Schulter der Dame zur rechten Schulter des Mannes),  
¼ Drehung rechts, Schritt vorwärts mit links  
¼ Drehung rechts, Schritt vorwärts mit rechts  
¼ Drehung rechts, Schritt vorwärts mit links  
¼ Drehung rechts, in die Anfangsposition und
- 37 & 38 ¼ Drehung rechts, in die Anfangsposition und
- 39 & 40 Shuffle nach links zur Seite, links, rechts links ,  
Shuffle nach rechts zur Seite, rechts, links, rechts  
Shuffle nach rechts zur Seite, rechts, link, rechts,  
Shuffle nach links zur Seite, links, rechts, links
- 41 & 42 **½ Umdrehung Shuffle x 4, Bewegen Sie sich vorwärts in Tanzrichtung (Polkaschrittfolge)**  
Shuffle mit links vorwärts, drehen ½ rechts, Stepping links, rechts, links  
Drehen ½ rechts und Shuffle vorwärts rechts, links, rechts  
Drehen ½ rechts und Shuffle vorwärts Links, rechts links  
Drehen ½ rechts und Shuffle vorwärts rechts, links, rechts  
Shuffle mit rechts vorwärts, drehen ½ rechts, Stepping rechts, links, rechts  
Drehen ½ rechts und Shuffle vorwärts links, rechts , links  
Drehen ½ rechts und Shuffle vorwärts rechts, links, rechts  
Drehen ½ rechts und Shuffle vorwärts, links, rechts, links

***Während jedes Shuffle bewegen Sie sich in Tanzrichtung, zur Ausgangsposition und tanzen umeinander  
Drehen Sie rechts, rückseitig in die Anfangsposition, um den Tanz wieder zu beginnen***

## WIEDERHOLUNG

## ENDE

Am Ende des Lieds, nachdem die Fußspitzen aufgetippt wurden (Zählimpulse 1-8), dort 1 Zählimpuls gelassene ¼ Umdrehung und Schritt nach vorn, und linken Arm des Mannes und den rechten Arm der Dame nach vorne