

# Pollina Reggae



Type: 32 Count, 4 Wall  
Level: Beginner  
Choreographie: Ivonne Verhagen & Guests Sejour Texas Side Step Sicilia  
Musik: No Woman, No Cry von Yann Muller

Hinweis: Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen

## 1-8 Walk R + L, Shuffle forward, Rock Step, Tripple ½ Turn L

1, 2 2 Schritte nach vorn (R - L)  
3&4 RF Schritt nach vorn, LF an rechten heransetzen, RF Schritt nach vorn  
5, 6 LF Schritt nach vorn, Gewicht zurück auf RF  
7&8 ¼ Drehung links und LF Schritt nach links, RF an linken heransetzen,  
¼ Drehung links und LF Schritt nach vorn

6:00

## 9-16 Side, Together, Chassé R, Cross Rock, Chassé ¼ Turn L

1, 2 RF Schritt nach rechts, LF an rechten heransetzen  
3&4 RF Schritt nach rechts, LF an rechten heransetzen, RF Schritt nach rechts  
5, 6 LF über rechten kreuzen, Gewicht zurück auf RF  
7&8 LF Schritt nach links, RF an linken heransetzen,  
¼ Drehung links und LF Schritt nach vorn

3:00

## 17-24 Step, Pivot ½ Turn L, Shuffle forward, Step, Pivot ½ Turn R, Shuffle forward

1, 2 RF Schritt nach vorn, ½ Drehung links auf beiden Ballen (Gewicht am Ende links)  
3&4 RF Schritt nach vorn, LF an rechten heransetzen, RF Schritt nach vorn  
5, 6 LF Schritt nach vorn, ½ Drehung rechts auf beiden Ballen (Gewicht am Ende rechts)  
7&8 LF Schritt nach vorn, RF an linken heransetzen, LF Schritt nach vorn

9:00

3:00

## 25-32 Mambo Forward, Mambo Back, Mambo Side R, Mambo Side L

1&2 RF Schritt nach vorn, Gewicht zurück auf LF, RF Schritt nach hinten  
3&4 LF Schritt nach hinten, Gewicht zurück auf RF, LF Schritt nach vorn  
5&6 RF Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf LF, RF an linken heransetzen  
7&8 LF Schritt nach links, Gewicht zurück auf RF, LF an rechten heransetzen



## Smile and Dance

[Video 1](#)

[Video 2](#)

