

# Pony Time



- Choreographie:** Ivonne Verhagen & Michelle Risley
- Count´s:** Phrased, Wall: 4 / Improver
- Music/Interpret:** Pony Time (Workout Mix) von Great 'O' Music Workout  
Pony Time von The Timeless Voices
- Hinweis:** Der Tanz beginnt nach 8 Taktschlägen
- Sequenz:** AA, BB, AA, AB\*

## Part/Teil A (2 wall)

### **Chassé, rock back, r + l**

- 1&2 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts
- 3,4 Schritt nach hinten mit links - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 5&6 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links
- 7,8 Schritt nach hinten mit rechts - Gewicht zurück auf den linken Fuß

### **Touch forward, step r + l, Boogie walk 4**

- 1,2 Rechte Fußspitze vorn auftippen - Schritt nach vorn mit rechts
- 3,4 Linke Fußspitze vorn auftippen - Schritt nach vorn mit links
- 5-8 4 Schritte nach vorn, dabei jeweils die Knie nach außen beugen (r - l - r - l) [etwas nach hinten lehnen, 'jazz hands']

### **Step, hold, pivot ½ l, hold, step, hold, pivot ¼ l, hold**

- 1,2 Schritt nach vorn mit rechts - Halten
- 3,4 ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links - Halten (6 Uhr)
- 5,6 Schritt nach vorn mit rechts - Halten
- 7,8 ¼ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links - Halten (3 Uhr)

### **Jazz box with cross, Dwight steps, side**

- 1,2 Rechten Fuß über linken kreuzen - Schritt nach hinten mit links
- 3,4 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß über rechten kreuzen
- 5,6 Linke Hacke nach rechts drehen/rechte Fußspitze neben linkem Fuß auftippen, Knie nach innen - Linke Fußspitze nach rechts drehen/rechte Hacke neben linkem Fuß auftippen, Knie nach außen
- 7,8 Linke Hacke nach rechts drehen/rechte Fußspitze neben linkem Fuß auftippen, Knie nach innen - Schritt nach rechts mit rechts

### **Stomp up forward, stomp forward, hold 2 l + r**

- 1,2 Linken Fuß schräg links vorn aufstampfen (ohne Gewichtswechsel) - Linken Fuß schräg links vorn aufstampfen
- 3,4 Halten [3-4]
- 5,6 Rechten Fuß schräg rechts vorn aufstampfen (ohne Gewichtswechsel) - Rechten Fuß schräg rechts vorn aufstampfen
- 7,8 Halten [7-8]

**Step, hold, recover, hold, back, ¼ turn r, cross, hold**

- 1,2 Schritt nach vorn mit links - Halten [beide Arme nach vorn]
- 3,4 Gewicht zurück auf den rechten Fuß - Halten [beide Arme wieder senken]
- 5,6 Schritt nach hinten mit links - ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach rechts mit rechts (6 Uhr)
- 7,8 Linken Fuß über rechten kreuzen - Halten

Part/Teil B (4 wall; beginnt das 1. Mal Richtung 12 Uhr)

**Side, hold, ¼ turn l, hold, walk 3, hold**

- 1,2 Schritt nach rechts mit rechts - Halten
- 3,4 ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links - Halten (9 Uhr)
- 5-8 3 Schritte nach vorn (r - l - r) - Halten

**Step, hold, pivot ½ r, hold, walk 3, hold**

- 1,2 Schritt nach vorn mit links - Halten
- 3,4 ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts - Halten (3 Uhr)
- 5-8 3 Schritte nach vorn (l - r - l) - Halten

**Toe strut forward, ¼ turn l/toe strut forward 2x**

- 1,2 Schritt nach vorn mit rechts, nur die Fußspitze aufsetzen - Rechte Hacke absenken
- 3,4 ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links, nur die Fußspitze aufsetzen - Linke Hacke absenken (12 Uhr)
- 5-8 Wie 1-4 (9 Uhr)

**Jazz box with cross (with toe struts)**

- 1,2 Rechten Fuß über linken kreuzen, nur die Fußspitze aufsetzen - Rechte Hacke absenken
- 3,4 Schritt nach hinten mit links, nur die Fußspitze aufsetzen - Linke Hacke absenken
- 5,6 Schritt nach rechts mit rechts, nur die Fußspitze aufsetzen - Rechte Hacke absenken
- 7,8 Linken Fuß über rechten kreuzen, nur die Fußspitze aufsetzen - Linke Hacke absenken

Ende für B\*: Während '1-8' eine ¼ Drehung rechts herum ausführen [mit 'jazz hands'] - 12 Uhr