

## The One For Me

32 count / 4-wall / Beginner,  
Intermediate

**Choreographie:** Kathy Hunyadi (*ursprüngliche Version*)  
**Musik:** From Time To Time von Rascal Flatts

Dame und Herr tanzen die gleichen Schritte!

### Step, touch, shuffle back, back, touch, shuffle back

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und LF neben RF auf tippen
- 3 + 4 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt zurück (Schritte etwas schräg links zurück)
- 5, 6 RF Schritt etwas schräg rechts zurück und LF neben RF auf tippen
- 7 + 8 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt zurück (Schritte etwas schräg links zurück)

### Rock back, shuffle forward, rock forward, coaster step

- 1, 2 RF Schritt zurück (LF etwas anheben) und Gewichtsverlagerung vor auf LF
- 3 + 4 RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 5, 6 LF Schritt vorwärts (RF etwas anheben) und Gewichtsverlagerung zurück auf RF
- 7 + 8 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

### Step Lock Right, Shuffle forward, Forward Rock, Coaster Step

- 1, 2 RF Schritt nach vorne und LF hinter RF einhaken
- 3 + 4 RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 5, 6 LF Schritt vor (RF etwas anheben) und Gewichtsverlagerung zurück auf RF
- 7 + 8 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

### Walk forward 8

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts
- 3, 4 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts
- 5, 6 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts
- 7, 8 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts