

To Get Low (de)

拍数: 32 墙数: 4 级数: Low Intermediate
编舞者: Silvia Schill (DE) - September 2017
音乐: Get Low - Zedd & Liam Payne



Der Tanz beginnt mit dem Gesang.

Out out in in 1/4 turn l (V-Steps mit jump), out out in in (V-Steps mit Jump), triple forward r+l

- 1& RF Schritt nach schräg rechts vorn (Jump), kleinen Schritt mit LF nach links
2& RF Schritt zurück in die Ausgangsposition, ¼ Drehung links herum und LF an RF heransetzen
3& RF Schritt nach schräg rechts vorn (Jump), kleinen Schritt mit LF nach links
4& RF Schritt zurück in die Ausgangsposition, LF an RF heransetzen
5&6 RF Schritt nach vorn, LF an RF heranziehen, RF Schritt nach vorn (dabei die Hüften schwingen)
7&8 LF Schritt nach vorn, RF an LF heranziehen, LF Schritt nach vorn (dabei die Hüften schwingen)

Mambo r, sailor turn 1/4 l, 2x paddle 1/4 l, scissor step r

- 1&2 RF Schritt nach vorn, Gewicht zurück auf LF, RF an LF heransetzen
3&4 LF hinter RF kreuzen, dabei ¼ Drehung links herum, mit RF nach rechts, LF Schritt nach vorn
5&6 2x RF Fußspitze vorn aufsetzen, ¼ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht bleibt links
7&8 RF Schritt nach rechts, LF neben RF aufsetzen, RF vor LF kreuzen

Scissor step l+r, step turn 1/2 r, step l, skate r+l

- 1&2 LF Schritt nach links, RF neben LF aufsetzen, LF vor RF kreuzen
3&4 RF Schritt nach rechts, LF neben RF aufsetzen, RF vor LF kreuzen
5&6 LF Schritt nach vorn und ½ Drehung rechts herum, LF Schritt nach vorn
7-8 2 Schritte nach jeweils schräg nach vorn (erst rechts, dann links), dabei die Hacken nach innen drehen

Triple forward r, step turn 1/4 r, cross l, side mambo r, side touch (drag l), touch

- 1&2 RF Schritt nach vorn, LF an RF heranziehen, RF Schritt nach vorn
3&4 LF Schritt nach vorn und ¼ Drehung rechts herum, LF vor dem RF kreuzen
5&6 RF Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf LF, RF an LF heransetzen
7-8 LF langer Schritt nach links, RF neben dem LF auftippen

Wiederholung bis zum Ende