

One Margarita (de)

拍数: 32 墙数: 4 级数: Beginner
编舞者: Jenny Twers (DE) - März 2020
音乐: One Margarita - Luke Bryan



S1: Rocking Chair, Step Look Step, Step Turn ¼, Toe Strut R+L

- 1 & RF vor – Gewicht zurück auf LF
- 2 & RF zurück – Gewicht zurück auf LF
- 3 & 4 Schritt nach vorn mit R – LF hintern RF einkreuzen – Schritt nach vorn mit RF
- 5 & 6 LF Schritt vor – ¼ Drehung rechtsrum – LF vor RF kreuzen
- 7 & R Fußspitze vorn auftippen – R Ferse absenken
- 8 & L Fußspitze vorn auftippen – L Ferse absenken

(Tag 2 / Restart in der 7. Runde – hier abbrechen die Brücke tanzen und von vorn beginnen)

S2: Rumba Box, Mambo Step, Sailor Turn ¼

- 1 & 2 Schritt nach rechts mit R - LF an RF heransetzen – Schritt nach hinten mit RF
- 3 & 4 Schritt nach links mit LF – RF an LF heransetzen – Schritt nach vorn mit LF
- 5 & 6 RF vor – Gewicht zurück auf LF – RF neben LF absetzen
- 7 & 8 LF hinter RF kreuzen – ¼ Drehung linksrum, RF an LF heransetzen und Schritt nach links mit links

S3: Cross, Side, Heel (R + L), Mambo Step, Sailor Turn ¼

- 1 & RF über LF kreuzen und kleinen Schritt nach links mit LF
- 2 & Recht Hacke schräg rechts vorn auftippen und RF an LF heransetzen
- 3 & LF über RF kreuzen und kleinen Schritt nach rechts mit RF
- 4 & Linke Hacke schräg links vorn auftippen und LF an RF heransetzen
- 5 & 6 RF vor- Gewicht zurück auf LF – RF neben LF absetzen

(Tag 1 / Restart in der 3. Runde – hier abbrechen die Brücke tanzen und von vorn beginnen)

- 7 & 8 LF hinter RF kreuzen – ¼ Drehung linksrum, RF an LF heransetzen und Schritt nach links mit links

S4: Step Hip Bums R + L, Rock Step, Step, Coaster Step

- 1 & 2 Schritt nach schräg rechts vorn mit RF/ Hüpfte nach vorn, hinten und wieder nach vorn schwingen
- 3 & 4 Schritt nach schräg links vorn mit LF/ Hüpfte nach vorn, hinten und wieder nach vorn schwingen
- 5 & 6 RF vor – Gewicht zurück auf LF – Schritt nach hinten mit RF
- 7 & 8 Schritt nach hinten mit LF – RF an LF heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit LF

Tag/ Brücke 1

- 1 & 2 Schritt nach hinten mit LF – RF an LF heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit LF

Tag/Brücke 2

- 1 Schritt nach rechts mit RF
- 2 LF neben RF aufstampfen
- 3 – 5 3 Takte Stehen

Lächeln nicht vergessen

Last Update – 27 Mai 2020-R2