

Mama (de)

拍数: 32 墙数: 2 级数: Beginner
编舞者: Gabi Behringer, Jeff Solinger & Marianne Jakob (DE) - September 2020
音乐: Mama - Holly Williams



Tanz beginnt nach 16 Counts auf "bitter"

Side, close, cross 2x R-L, Rocking Chair, Shuffle

1&2 RF Schritt nach rechts, LF an RF abstellen, RF über LF kreuzen
3&4 LF Schritt nach links, RF an LF abstellen, LF über RF kreuzen
5& RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
6& RF Schritt zurück (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
7&8 RF Schritt nach vorne, LF an RF heransetzen, RF Schritt nach vorne

Rhumba Step (Side Together Back), Shuffle ¼ turn R, Mambo Step, Coaster Step

1& LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen
2 LF Schritt zurück
3&4 RF Schritt vorwärts mit ¼ Drehung nach rechts, LF an RF heransetzten, RF Schritt nach vorne (3 Uhr)
5&6 LF Schritt vorwärts, Gewicht zurück auf RF, LF an RF heransetzen
7&8 Schritt nach hinten mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit rechts

Step Turn Step, Turn Turn Tap, Rhumba Step (Side Together Back), Shuffle ¼ turn L

1&2 LF Schritt vorwärts, auf beiden Ballen ½ Drehung nach rechts, LF Schritt vorwärts
3&4 RF vorwärts mit ½ Drehung nach links, LF vorwärts mit ½ Drehung nach links, RF neben LF auftippen
5& RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen
6 RF Schritt zurück
7&8 LF Schritt mit ¼ Drehung nach links, RF an LF heransetzen, LF Schritt nach vorne (9 Uhr)

Rock Forward, Side Rock, CoasterStep, Rock Forward, Side Rock, Coaster Cross

1 & Schritt nach vorne mit RF, Gewicht zurück auf LF
2 & Schritt nach rechts mit RF, Gewicht zurück auf LF
3 & Schritt nach hinten mit RF, Gewicht zurück auf LF
4 RF neben LF abstellen
5 & Schritt nach vorne mit LF, Gewicht zurück auf RF
6 & Schritt nach links mit LF, Gewicht zurück auf RF
7 & LF Schritt rückwärts auf Ballen, RF schließt neben RF
8 LF kreuzt über RF

Tanz beginnt von vorne

Last Update - 1 Oct. 2020-R2