

Sexbomb AB (de)

拍数: 32 墙数: 4 级数: Absolute Beginner
编舞者: Gudrun Bachner (AUT) & Ursula Klinger-Mendl (AUT) - April 2020
音乐: Sex Bomb - Tom Jones
或: Let's Get Loud - Jennifer Lopez
或: Livin' la Vida Loca - Ricky Martin



Intro: 32 counts bei allen drei Liedern

[1-8] Side together side touch, heel swivel 2x

- 1-2 Schritt nach rechts mit RF, LF an RF heransetzen
- 3-4 Schritt nach rechts mit RF, LF neben RF auftippen
- 5-8 Beide Fersen nach links drehen und beide Fersen wieder zur Mitte drehen; 2 x
Styling: rechte Hand auf den Hinterkopf und gleichzeitig mit linker Hand auf (5) und (7) einen Klaps auf den Po geben

[9-16] Side together turn ¼ left, brush, rocking chair

- 1-2 Schritt nach links mit LF, RF an LF heransetzen
- 3-4 ¼ Drehung links herum und Schritt LF nach vorne (9 Uhr), RF nach vorne schwingen, Ballen schleift am Boden
- 5-6 RF Schritt nach vorn, linke Ferse etwas anheben – Gewicht zurück auf LF
- 7-8 RF Schritt nach hinten, linke Ferse etwas anheben – Gewicht zurück auf LF

Restart hier in der 4. Wand

[17-24] Rumba box fwd

- 1-2 RF Schritt nach rechts, LF neben RF stellen
- 3-4 RF Schritt nach vorne, halten
- 5-6 LF Schritt nach links, RF neben LF stellen
- 7-8 LF Schritt nach hinten, halten

[25-32] Rocking chair bwd, hip bumps

- 1-2 RF Schritt nach hinten, linke Ferse etwas anheben – Gewicht zurück auf LF
- 3-4 RF Schritt nach vorn, linke Ferse etwas anheben – Gewicht zurück auf LF
- 5-6 RF hüftbreit neben LF stellen und die Hüfte 2 x nach rechts schwingen
- 7-8 Hüfte 2 x nach links schwingen

Smile and Start again

Last Update: 12 May 2023
