

# Mwaki (de)

拍数: 32      墙数: 4      级数: Beginner  
编舞者: Silvia Schill (DE) - Oktober 2024  
音乐: Mwaki (feat. Sofiya Nzau) - ZERB



Der Tanz beginnt nach 16 Counts mit Einsatz des Gesangs

## Out r, out l, in r, in l, 2x

- 1-2            R Fuß nach R setzen, L Fuß nach L setzen dabei etwas in die Knie gehen (Arme auf Oberschenkel abstützen und Oberkörper etwas nach vorn beugen)  
3-4            R Fuß wieder zurück setzen, LF wieder zurück setzen  
5-6            R Fuß nach R setzen, L Fuß nach L setzen dabei etwas in die Knie gehen (Arme auf Oberschenkel abstützen und Oberkörper etwas nach vorn beugen)  
7-8            R Fuß wieder zurück setzen, LF wieder zurück setzen

**Restart: In der 3. Runde auf 6 Uhr hier abbrechen und vorn vorn beginnen**

## Rock step r, rock step l, swivel , back l/r (with swivels), coaster step l

- 1-2&            R Fuß nach vorn setzen, L Fuß etwas anheben, R Fuß an LF heranziehen  
3&4            L Fuß nach vorn setzen beide Hacken nach L drehen und wieder zurück (Gewicht am Ende auf RF)  
5-6 2           Schritte nach hinten, dabei jeweils die Fußspitzen von innen nach außen drehen L/R  
7&8            Schritt nach hinten mit LF, RF an RF heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit LF

## Rock step r, shuffle ½ turn r, step ¼ turn 2x r

- 1-2            RF nach vorn setzen, LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF  
3&4            RF mit einer ¼ Drehung nach R setzen, LF an RF heransetzen, RF mit einer ¼ Drehung R herum nach vorn setzen (6 Uhr)  
5-6            L Fußspitze nach L auftippen und ¼ Drehung nach R, Gewicht bleibt auf dem Standbein R  
7-8            L Fußspitze nach L auftippen und ¼ Drehung nach R, Gewicht bleibt auf dem Standbein R (12 Uhr)

## Syncopated Jazz Box ¼ turn l, point, cross, back, side, close

- 1-2&            LF vor RF kreuzen, RF nach hinten setzen, LF mit ¼ Drehung L herum und nach L setzen  
3-4            RF vor LF kreuzen und L Fußspitze nach L auftippen  
5-6            LF vor RF kreuzen, RF kleinen Schritt nach R hinten setzen  
7-8            LF nach L setzen und RF an LF mit kleinen Sprung heransetzen (dabei mit tiefer Stimme HUUUUCH rufen) (9 Uhr)