

Shortnin' Bread (de)

拍數: 64 牆數: 1 級數: Intermediate
編舞者: Shanthie De Mel (AUS) - Februar 2016
音樂: Shortnin' Bread - The Bell Notes



Intro: 32 Counts. Beginne beim Gesang "Mammy's litte baby".

S1: HEEL. HOOK. SHUFFLE FORWARD RIGHT. HEEL. HOOK. SHUFFLE FORWARD LEFT x2

- 1, 2 Rechte Ferse vorne auftippen und RF heben & vor dem linken Schienbein kreuzen
- 3 & 4 RF Schritt schräg rechts vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt schräg rechts vorwärts
- 5, 6 Linke Ferse schräg links vorne auftippen und LF heben & vor dem rechten Schienbein kreuzen
- 7 & 8 LF Schritt schräg links vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt schräg links vorwärts

S2: 9-16 Repeat above.

S3: FORWARD. TURN 1/2 LEFT. ROLLING SHUFFLE.

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 3 & 4 RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 5 & 6 ½ Rechtsdrehung & LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt zurück
- 7 & 8 ½ Rechtsdrehung & stampfender

S4: SIDE. BEHIND. TURN LEFT. FORWARD. TURN LEFT. SIDE. BEHIND. HOLD.

- 1, 2 LF Schritt nach links und RF hinter dem LF kreuzen
- 3, 4 ¼ Linksdrehung auf RF & LF Schritt vorwärts und RF Schritt vorwärts
- 5, 6 ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF) - ¼ Linksdrehung & RF Schritt nach rechts
6.00
- 7, 8 LF hinter dem RF kreuzen und Halten

S5: STOMP. HOLD.x2

- 1 RF neben LF aufstampfen
- 2 - 4 3 Counts Pause (Handflächen nach unten „pressen“)
- 5 LF neben RF aufstampfen
- 6 - 8 3 Counts Pause (Handflächen nach unten „pressen“)

S6: SIDE. TAP. SHUFFLE LEFT. ROCK BACK. RECOVER. TURN. HOLD.

- 1, 2 RF Schritt nach rechts und LF neben RF auftippen
- 3 & 4 LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach links
- 5, 6 RF Schritt zurück (linke Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf LF
- 7, 8 ¼ Linksdrehung auf LF & RF Schritt nach rechts und Halten 9.00

S7: STOMP. HOLD.x2

- 1, 2 LF neben RF aufstampfen
- 3, 4 3 Counts Pause (Handflächen nach unten „pressen“)
- 5, 6 RF neben LF aufstampfen
- 7, 8 3 Counts Pause (Handflächen nach unten „pressen“)

S8: SIDE. TAP. SHUFFLE LEFT. ROCK BACK. RECOVER. TURN. HOLD.

- 1, 2 LF Schritt nach links und RF neben LF auftippen
- 3 & 4 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen, RF Schritt nach rechts
- 5, 6 RF Schritt zurück (linke Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf LF
- 7, 8 ¼ Linksdrehung auf RF & LF Schritt nach links und Halten 12.00

Tanz beginnt wieder von vorne.
