

# Shake, Baby Shake (de)

COPPERKNOB  
STREPSHETS

拍數: 96      牆數: 2      級數: Phrased Improver  
編舞者: Christine Steindl (AUT) - Mai 2016  
音樂: Whole Lotta Shakin' Goin' On - Jerry Lee Lewis : (Album: The definitive Collection)



Music 2: Whole Lotta Shakin' by Heartbeat - Album: 'True Love' - 166 bpm

Intro: 2 x 8 counts

Sequenz Music 1: □A - A - B - A - A - A(46)\* - B - B - B

Sequenz Music 2: □A - A - B - A - A - A(46)\* - B - A(40) - Ending

Teil A - 48 counts

**Sektion A1: Touch-Ball-Change re - x2, Step re, Heel-Swivel re, Hold**

1&2      re Fußspitze Tipp neben dem li Fuß; re Ballen kleiner Schritt seitwärts; li Fuß schließt neben dem re Fuß;

(Option: 1,2 - Heel re mit Close - re Ferse vorne aufstellen; re Ferse schließt neben dem li Fuß)

3&4      re Fußspitze Tipp neben dem li Fuß; re Ballen kleiner Schritt seitwärts; li Fuß schließt neben dem re Fuß;

(Option: 3,4 - Heel li mit Close - li Ferse vorne aufstellen; li Ferse schließt neben dem re Fuß)

5      re Fuß Schritt vorwärts;

6,7,8      beide Fersen nach re drehen; beide Fersen zur Mitte drehen; Halten;

**Sektion A2: Touch-Ball-Change re - x2, Step re, Heel-Swivel re, Hold**

1&2      re Fußspitze Tipp neben dem li Fuß; re Ballen kleiner Schritt seitwärts; li Fuß schließt neben dem re Fuß;

3&4      re Fußspitze Tipp neben dem li Fuß; re Ballen kleiner Schritt seitwärts; li Fuß schließt neben dem re Fuß;

5      re Fuß Schritt vorwärts;

6,7,8      beide Fersen nach re drehen; beide Fersen zur Mitte drehen; Halten;

**Sektion A3: 1/4 Monterey-Turn re - x2**

1,2      re Fußspitze Point seitwärts; 1/4 Re-Drehung am li Ballen, re Fuß schließt neben dem li Fuß;  
□03:00

3,4      li Fußspitze Point seitwärts; li Fuß schließt neben dem re Fuß;

5,6      re Fußspitze Point seitwärts; 1/4 Re-Drehung am li Ballen, re Fuß schließt neben dem li Fuß;  
□06:00

7,8      li Fußspitze Point seitwärts; li Fuß schließt neben dem re Fuß;

**Sektion A4: Knee-Swavs - x3, Side re, 1/2 Hip-Circle with Heel-Bounces**

1,2,3      re Knie anheben und über li Knie beugen; re Knie wieder zurück nach re; re Knie über li Knie beugen;

(Option: Hip-Swavs - li, re, li)

4      re Fuß Schritt seitwärts;

5,6,7,8      Hüfte im Uhrzeigersinn von re nach li kreisen, dabei die Fersen anheben und senken (federnd) über 4 counts; (Gewicht am Ende li)

**Sektion A5: Side re, Hold, Back-Rock li, Side li, Hold, Back-Rock re**

1,2      re Fuß Schritt seitwärts; Halten;

3,4      li Fuß Schritt rückwärts; Gewicht zurück auf den re Fuß;

5,6      li Fuß Schritt seitwärts; Halten;

7,8      re Fuß Schritt rückwärts; Gewicht zurück auf den li Fuß;

**Sektion A6: Rocking-Chair re, Boogie-Walks - 4x**

**(während der Boogie-Walks die Hände in Hüfthöhe nach außen schütteln)**

- 1,2 re Fuß Schritt vorwärts; Gewicht zurück auf den li Fuß;  
3,4 re Fuß Schritt rückwärts; Gewicht zurück auf den li Fuß;  
5 re Fuß Schritt vorwärts, die Fußspitzen nach re gedreht;  
6 li Fuß Schritt vorwärts, die Fußspitzen nach li gedreht;  
7 re Fuß Schritt vorwärts, die Fußspitzen nach re gedreht;  
8 li Fuß Schritt vorwärts, die Fußspitzen nach li gedreht;

**\* Step-1/2-Turn li**

- 7,8 re Fuß Schritt vorwärts; 1/2 Li-Drehung am re Ballen, li Fuß Schritt vorwärts; 12:00

**Teil B 48 counts**

**(Teil B beginnt immer auf 12:00)**

**Sektion B1: Step re und Shimmy vor - 4x, Shimmy back - 4x 12:00**

- 1,2,3,4 re Fuß kleiner Schritt vorwärts mit Shimmy shoulders/Shakes über 4 counts;  
5,6,7,8 Gewicht zurück auf den li Fuß mit Shimmy shoulders/Shakes über 4 counts;

**Sektion B2: Side re und Shimmy re - 4x, Shimmy li - 4x**

- 1,2,3,4 re Fuß kleiner Schritt seitwärts mit Shimmy shoulders/Shakes über 4 counts;  
5,6,7,8 Gewicht zurück auf den li Fuß mit Shimmy shoulders/Shakes über 4 counts;

**Sektion B3: 1/1 Hip-Circle (CW) with Heel-Bounces**

**(Hände in Kopfhöhe)**

- 1,2,3,4 Hüfte im Uhrzeigersinn kreisen von li über re nach li, dabei die Fersen anheben  
5,6,7,8 und senken (federnd) über 8 counts; (Gewicht am Ende li)

**Sektion B4: Step-Kick - x4**

- 1,2 re Fuß Schritt seitwärts; li Fußspitze Kick diag re vorwärts;  
3,4 li Fuß Schritt seitwärts; re Fußspitze Kick diag li vorwärts;  
5,6 re Fuß Schritt seitwärts; li Fußspitze Kick diag re vorwärts;  
7,8 li Fuß Schritt seitwärts; re Fußspitze Kick diag li vorwärts;

**Sektion B5: Side re, Hold, Back-Rock li, Side li, Hold, Back-Rock re**

- 1,2 re Fuß Schritt seitwärts; Halten;  
3,4 li Fuß Schritt rückwärts; Gewicht zurück auf den re Fuß;  
5,6 li Fuß Schritt seitwärts; Halten;  
7,8 re Fuß Schritt rückwärts; Gewicht zurück auf den li Fuß;

**Sektion B6: Rocking-Chair re, Boogie-Walks - 4x**

**(während der Boogie-Walks die Hände in Hüfthöhe nach außen schütteln)**

- 1,2 re Fuß Schritt vorwärts; Gewicht zurück auf den li Fuß;  
3,4 re Fuß Schritt rückwärts; Gewicht zurück auf den li Fuß;  
5 re Fuß Schritt vorwärts, die Fußspitze nach re gedreht;  
6 li Fuß Schritt vorwärts, die Fußspitze nach li gedreht;  
7 re Fuß Schritt vorwärts, die Fußspitze nach re gedreht;  
8 li Fuß Schritt vorwärts, die Fußspitze nach li gedreht;

**Ending: nur Musik 2 - Sektion 6**

**Rocking-Chair re, Step-1/2-Turn li, Hip-Bump re, Hip-Bump li**

- 1,2 re Fuß Schritt vorwärts; Gewicht zurück auf den li Fuß;  
3,4 re Fuß Schritt rückwärts; Gewicht zurück auf den li Fuß;  
5 re Fuß Schritt vorwärts;  
6 1/2 Li-Drehung am re Ballen, li Fuß Schritt vorwärts; □□12:00  
7,8 Hip-Bump nach re; Hip-Bump nach li;

**Enjoy and shake, baby shake!**

Contact: [christinesteindl@aon.at](mailto:christinesteindl@aon.at)

---