

# The Fat Rat (de)

拍數: 96      牆數: 1      級數: Intermediate  
編舞者: Anne de Vries (DE) - Oktober 2016  
音樂: Monody (feat. Laura Brehm) - TheFatRat



## S1: Point Rt., Point Left, Shuffle, Sailor Step ¼ Left

1&2&      RF Spitze rechts auftippen, RF ran, LF Spitze links auftippen, LF ran  
3&4&      RF Spitze rechts auftippen, RF ran, LF Spitze links auftippen, LF ran  
5&6      RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts  
7&8      LF hinter dem RF kreuzen mit ¼ Linksdrehung, RF Schritt nach rechts, LF Schritt nach links (9Uhr)

## S2: Point Rt, Point Left, Rt. Shuffle, Full Turn Right

1&2&      RF Spitze rechts auftippen, RF ran, LF Spitze links auftippen, LF ran  
3&4&      RF Spitze rechts auftippen, RF ran, LF Spitze links auftippen, LF ran  
5&6      RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts  
7&8      Volle Rechtsdrehung mit 3 Cha Cha Schritten vorwärts (LF, RF, LF) (9Uhr)

## S3: Rt. Mambo Fwd, Left Mambo Back, Rt.. Shuffle, ¾ Turn Right

1&2      RF Schritt vorwärts, Gewicht zurück auf LF, RF an LF heransetzen  
3&4      LF Schritt zurück, Gewicht zurück auf RF, LF an RF heransetzen  
5&6      RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts  
7&8      LF vor, ¾ Rechtsdrehung ( 6 Uhr) RF Schritt, LF ranstellen

## S4: Rt. Mambo Fwd, Left Mambo Back, Rt. Shuffle, Kick Ball Change

1&2      RF Schritt vorwärts, Gewicht zurück auf LF, RF an LF heransetzen  
3&4      LF Schritt zurück, Gewicht zurück auf RF, LF an RF heransetzen  
5&6      RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts  
7&8      LF Kick nach vorn, LF an RF heransetzen, Gewichtsverlagerung auf RF

## S5-S8: Schritte 1-32 wiederholen

## S9: Chasse, 3 Chasse With ¼ Turn Left (Karree)

1&2      RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen, RF Schritt nach rechts  
3&4      ¼ Drehung links & LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach links  
5&6      ¼ Drehung links & RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen, RF Schritt nach rechts  
7&8      ¼ Drehung links & LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach links

## S10: ¼ Turn., Weave, ½ Turn Left

1,2      ¼ Linksdrehung (12Uhr) RF Schritt nach rechts, LF hinter dem RF kreuzen  
& 3,4      RF Schritt nach rechts, LF vor dem RF kreuzen, RF rechts ranstellen  
5      linke Spitze hinten kreuzen,  
6-8      halbe Linksdrehung auf den Fußspitzen (Gewicht LF)

## S11-S12: Schritte 65-80-wiederholen

### Intro

## Diag. Step Fwd, Steps On Place, Diag. Step Back, Steps On Place, Full Turn Rt., Cross, Side, Close

1&2      RF schräg links vor, LF neben RF absetzen, RF neben LF absetzen  
2&3      LF schräg rechts zurück, RF neben LF absetzen, LF neben RF absetzen  
5&      ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt vorwärts und ½ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück  
6      ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt nach rechts

7&8 LF vor dem RF kreuzen, rechts zur Seite, LF ranstellen

**Rumba Box, Side Step, Slide Step**

1&2 RF Schritt vorwärts, LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen,  
3&4 LF Schritt zurück, RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen  
5 RF großer Schritt nach rechts  
6-8 LF langsam ranziehen

**Die 16 Schritte spiegelverkehrt wiederholen, beginnend mit links**

**Pause bis...das hört man schon ;-)**

**Brücke ( Beginn mit Einsetzen des Gesangs)**

**Diag. Step Fwd, Steps On Place, Diag. Step Back, Steps On Place, Full Turn Rt., Cross, Side, Close**

1&2 RF schräg links vor, LF neben RF absetzen, RF neben LF absetzen  
2&3 LF schräg rechts zurück, RF neben LF absetzen, LF neben RF absetzen  
5&  $\frac{1}{4}$  Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt vorwärts und  $\frac{1}{2}$  Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück  
6  $\frac{1}{4}$  Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt nach rechts  
7&8 LF vor dem RF kreuzen, rechts zur Seite, LF ranstellen

**Rumba Box,  $\frac{1}{2}$  Rt. Heel Grind, Rock Step**

1&2 RF Schritt vorwärts, LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen,  
3&4 LF Schritt zurück, RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen  
5, 6 a uf rechter Hacke  $\frac{1}{2}$  Rechtsdrehung, LF ranstellen  
7,8 RF Schritt zurück (linke Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf LF

**viel Spaß**

**Contact: [LonesomeRiderOstfriesland@gmx.de](mailto:LonesomeRiderOstfriesland@gmx.de)**

---