

Mama Shuffle (it) (P)

拍數: 32 牆數: 0 級數: Couples dance
編舞者: Marilù Teseo (IT) & Daniele Bertani - February 2019
音樂: I'm One Woman Man - G. Jones



Musica consigliata :

I'm one woman man - G.Jones

Never Loved Before – A.Jackson -

O qualunque brano a base east coast

Posizione di partenza: su due file uomini di fronte alle donne a circa un metro di distanza

Donne

1 Step av. dx

2 Step av sx

3&4 Shuffle av dx

a questo punto prendiamo con mano dx

mano sx cavaliere che abbiamo davanti

5&6 Rock step av sx

7&8 Coaster step sx

1-2 Step lat dx –sx chiude di fianco al dx

3&4 Shuffle sx indietro

5&6 Rockstep dx indietro

7&8 Triple step dx av ruot 1/4 a sx

la dama passa sotto il braccio sx del cav

1&2 Triple step sx ruotando di ¼ a sx

3&4 Triplestep dx avanti

5&6 Triple step sx ruotando di ¼ a dx

7&8 Triple step dx sul posto

ci troviamo di nuovo uno di fronte all'altro e qui lasciamo la mano del partner

1&2 Step sx ind prima app. Punta poi tacco

3&4 Step dx ind “ “ “

5&6 Step sx ind “ “ “

7&8 Rock Step dx ind “ “ “

Si ricomincia

Uomini

1-2 Step av. Sx Step av dx

3&4 Shuffle av sx

qui il cav. prende mano dx dama - con sua mano sx

5-6 Rock step av dx

7&8 Coaster step dx

1-2 Step lat sx - dx chiude di fianco al sx

3&4 Shuffle dx dietro

4-6 Rock step sx ind

7&8 Triple step sx aprendosi a dx

**l'uomo alza il braccio sinistro per fare
passare sotto la dama. Il cavaliere sarà dietro alla dama e abbasserà il braccio.**

1&2 Triple step dx ruotando di $\frac{1}{4}$ a dx l'uomo abbassa il braccio e guida la donna di
3&4 Triple step sx ruotando di $\frac{1}{4}$ a dx fronte a se
5&6 Triple step dx ruotando di $\frac{1}{4}$ a dx
7&8 Triple step sx sulposto qui si lascia la mano della dama

1&2 Step dx ind prima app. Punta poi tacco
3&4 Step sx ind prima app. Punta poi tacco
5&6 Step dx ind prima app. Punta poi tacco
7&8 Rock Step sx ind prima app. Punta poi tacco

E' possibile ballarla come scambio di coppia. In questo caso si esegue in cerchio con gli uomini all'interno e negli ultimi 8 tempi il cavaliere si muoverà verso destra facendo i toe-strut incrociati per raggiungere la dama successiva.

www.italiancountryfamily.com
