

Ex & Oh @ Rock'n Roll (de)

拍數: 32 牆數: 4 級數: Beginner
編舞者: Maria Nix (DE) - Dezember 2024
音樂: Ex's & Oh's - Elle King
或: Sex Bomb - Tom Jones & Mousse T.
或: Stuck On You - Elvis Presley
或: Old Time Rock & Roll - Bob Seger



Beginn: mit Einsatz des Gesanges

S1: R-kick ball step 2 x (1&2, 3&4), R-chasse (5&6), back rock (7-8)

1&2 RF kickt nach vorn (1), RF auf dem Ballen absetzen (&), LF Schritt auf der Stelle (2)
3&4 RF kickt nach vorn (3), RF auf dem Ballen absetzen (&), LF Schritt auf der Stelle (4)
5&6 RF Schritt nach rechts (5), LF heransetzen (&), RF Schritt nach rechts (6)
7-8 LF nach hinten mit Gewicht auf LF (7), Gewicht zurück auf RF (8)

S2: L-kick ball step 2 x (1&2, 3&4), L-chasse (5&6), back rock (7-8)

1&2 LF kickt nach vorn (1), LF auf dem Ballen absetzen (&), RF Schritt auf der Stelle (2)
3&4 LF kickt nach vorn (3), LF auf dem Ballen absetzen (&), RF Schritt auf der Stelle (4)
5&6 LF Schritt nach links (5), RF heransetzen (&), LF Schritt nach links (6)
7-8 RF nach hinten mit Gewicht auf RF (7), Gewicht zurück auf LF (8)

S3: R-K-step plus snapping fingers (1-8)

1-2 RF Schritt nach vorn, leicht diagonal (1), LF neben RF auftippen und dabei mit den Fingern schnipsen (2)
3-4 LF Schritt nach hinten, leicht diagonal (3), RF neben LF auftippen und dabei mit den Fingern schnipsen (4)
5-6 RF Schritt nach nach hinten, leicht diagonal (5), LF neben RF auftippen und dabei mit den Fingern schnipsen (6)
7-8 LF Schritt nach vorn (3), RF neben LF auftippen und dabei mit den Fingern schnipsen (4)

S4: R-step ½ turn auf 6 Uhr (1-2), L-step turn ¼ auf 3 Uhr (3-4), R-out out (5-6), R-in in (7-8)

1-2 RF Schritt nach vorn (1), ½ Drehung auf 6 Uhr (2)
3-4 RF Schritt nach vorn (3), ¼ Drehung auf 3 Uhr (4)
5-6 RF Schritt nach vorn aussen (5), LF Schritt nach vorn aussen (6),
7-8 RF Schritt zurück zur Ausgangsposition (7), LF Schritt zurück zur Ausgangsposition (8)

Restart:

Ex's & Oh's: In Runde 5 auf 12 Uhr, nach den ersten 16 counts (S1: 1&2, 3&4)

Sexbomb: In Runde 4 auf 9 Uhr, nach den ersten 16 counts (S1: 1&2, 3&4)