La Mer (de)

Count: 48 **Wall:** 4 **Level:** Intermediate
Choreographer: William Sevone (UK) - Juni 2013
Music: La Mer - Chantal Chamberland : (Album: The Other Woman)

Intro: 16 Counts. Beginne auf das Wort "La ..."

Side-Together. Cross. Back. 5x Side Step/Sways with 'Tah Dah' Hands (12:00)

&1	Mit einem kleinen Hüpfer RF Schritt nach rechts und LF neben RF absetzen
2 – 3	RF vor dem LF kreuzen und LF Schritt zurück
4	RF Schritt nach rechts (rechte Schulter leicht nach unten)
5 – 6	Auf LF zurückschwingen und auf RF zurückschwingen (die jeweilige Schulter leicht nach unten)
7 – 8	Auf LF zurückschwingen und auf RF zurückschwingen (die jeweilige Schulter leicht nach unten)

Bei den Counts 4 – 8 die Ellbogen an den Körper, Hände in Kopfhöhe, Handflächen nach außen und bewege sie von Seite zu Seite. Bei den Schwüngen die Fersen leicht anheben und senken (federn)

1/4 Side Kick. Moving Sideward 3x Cross Behind-Together-Side Kick. Cross Behind (3:00)

9 – 10	¼ Rechtsdrehung & LF nach links hochschnellen lassen und LF hinter dem RF kreuzen
&11 – 12	RF neben LF absetzen, LF nach links hochschnellen lassen, LF hinter dem RF kreuzen
&13 – 14	RF neben LF absetzen, LF nach links hochschnellen lassen, LF hinter dem RF kreuzen
&15 – 16	RF neben LF absetzen, LF nach links hochschnellen lassen, LF hinter dem RF kreuzen

Arme und Kopf:

9, &11, &13, &15	linken Arm nach links strecken und Kopf nach links drehen
10, 12, 14, 16	linken Arm vor dem Körper nach rechts schwingen & Kopf nach vorne drehen

1/4 Together. 4x Jazzy Toe Struts (12:00)

&17 – 18	Mit einem kleinen Hüpfer ¼ Linksdrehung & RF neben LF absetzen Linke Fußspitze vorne aufsetzen (Fußspitze 10.30) und linke Ferse absetzen
19 – 20	Rechte Fußspitze vorne aufsetzen (Fußspitze 1.30) und rechte Ferse absetzen
21 – 22	Linke Fußspitze vorne aufsetzen (Fußspitze 10.30) und linke Ferse absetzen
23 – 24	Rechte Fußspitze vorne aufsetzen (Fußspitze 1.30) und rechte Ferse absetzen

Die Schritte sind nach vorne, nur die Fußspitzen sind diagonal.

17-18	und 21-22: linken Arm nach vorne schwingen & mit den Fingern schnippen
19-20	und 23-24: rechten Arm nach vorne schwingen & mit den Fingern schnippen

4x Touch Out-Drag Together (12:00)

&25 – 26	Linke Fußspitze links auftippen und LF zum RF heranziehen über 2 Counts (Gewicht LF)
&27 – 28	Rechte Fußspitze rechts auftippen und RF zum LF heranziehen über 2 Counts (Gewicht RF)
&29 – 30	Linke Fußspitze links auftippen und LF zum RF heranziehen über 2 Counts (Gewicht LF)
&31 – 32	Rechte Fußspitze rechts auftippen und RF zum LF heranziehen über 2 Counts (Gewicht RF)

Arme:

&25-26, &29-30	Linken Arm nach links strecken und zum Körper heranziehen
&27-28, &31-32	Rechten Arm nach rechts stecken und zum Körper heranziehen

Touch Out-Together-Touch Back. 3x Scuff-Forward (12:00)

&33 – 34	Linke Fußspitze links auftippen, LF neben RF absetzen, rechte Fußspitze hinten auftippen
35 – 36	RF starker Bodenstreifer nach vorne und RF Schritt vorwärts
37 – 38	LF starker Bodenstreifer nach vorne und LF Schritt vorwärts

39 – 40	RF starker Bodenstreifer nach vorne und RF Schritt vorwärts

Press-Recover. 3x Moving Backward Touch Out-Diagonal Cross Behind. 1/4 Turn (foot off floor) (3:00)

&41 – 42	LF Schritt vorwärts (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF, Linke Fußspitze links auftippen
43 – 44	LF Schritt schräg rechts zurück und rechte Fußspitze rechts auftippen
45 – 46	RF Schritt schräg links zurück und linke Fußspitze links auftippen
47 – 48	LF Schritt schräg rechts zurück und ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF leicht anheben

Finish: Im 9. Durchgang tanze bis Count 32 und dann

1 – 2	RF Schritt nach rechts & Hüften nach rechts schwingen und Halten
3 – 4	Hüften nach links schwingen und Halten
5 – 6	Hüften nach rechts schwingen und Halten
7 – 8	Hüften nach links schwingen und Halten

Bei den Counts 1 – 8 die Ellbogen an den Körper, die Hände in Kopfhöhe, Handflächen nach außen und bewege sie von Seite zu Seite. Bei den Schwüngen die Fersen leicht anheben und senken (federn)
