```
拍数： 32
堷数： 2
级数：Intermediate
编舞者：Guyton Mundy（USA）\＆Jo Thompson Szymanski（USA）－October 2017
```

音乐：Oh Mama Hey（feat．Crystal Waters）（Radio Edit）－Chris Cox \＆DJ Frankie


## Thank you DJ Louie St．George for suggesting this song．

Intro： 48 counts－BPM： 130.
Sequence：32， 16 count Tag，32，32， 16 count Tag，32， 4 count Tag，32，32， 16 count Tag， 16 count Tag，32， 32，pose
［1－8］PRESS R：OUT，IN，OUT，HOLD，BALL CROSS，PRESS L，SLIDE BACKISTEP，BEHIND，¼ TURN R， FORWARD
1\＆2 Press ball of $R$ to right with knee turned out（1）；Turn $R$ knee in（\＆），Turn $R$ knee out／look $R$ （2）
$3 \& 4 \quad$ Hold（3）；Step ball of $L$ slightly back（\＆）；Cross $R$ over $L$（4）（Focus returns to normal）
5－6 Allowing body to face slightly $L$－Press ball of $L$ to left（keeping it pretty close to the right foot） with knee turned out slowly lowering $L$ heel as you slide $R$ foot back toward 3：00（5）；Step back onto $R$ foot toward 3：00（6）
7\＆8 Step L behind $R$ squaring body up to 12：00（7）；Turn $1 / 4$ right stepping $R$ forward（\＆）；Step L forward（8）（3：00）
［9－16］KICK，BALL STEP，STEP，HEEL TWIST，BACK， $1 / 2$ TURN L with STEP／HITCH，BALL，HITCH，BALL， HITCH，BALL，STEP
1\＆2 Kick R forward（1）；Step ball of $R$ beside $L$（\＆）；Step $L$ forward（2）
$3 \& 4 \quad$ Step $R$ forward（3）；Twist both heels right and slightly off floor（\＆）Return heels center weight goes to $L$（4）
$5 \quad$ Step $R$ back（5）
6\＆7\＆8 These counts will travel toward 9：00 as you gradually turn $1 / 2$ left with a down／up feel－Turn 1／8 left stepping down on $L$ toward 9：00 hitching $R$ knee（6）；Turn 1／8 left stepping up on ball of $R$ beside $L(\&)$ ；Turn $1 / 8$ left stepping $L$ down toward 9：00 hitching $R$ knee（7）；Turn 1／8 left stepping up on ball of $R$ beside $L(\&)$ ；Step $L$ forward（8）（9：00）
［17－24］SIDE ROCK，RECOVER，CROSS，SIDE ROCK，RECOVER，CROSS，GLIDING BOX FULL TURN LEFT
1\＆2 Rock R to right（1）；Recover weight to L（\＆）；Cross R over L（2）
$3 \& 4 \quad$ Rock $L$ to left（3）；Recover weight to $R(\&)$ ；Cross $L$ over $R(4)$
5－8 Slide／step $R$ to right turning $1 / 4 /$ left（5）；Slide／step $L$ to left turning $1 / 4$ left（6）；Slide／step $R$ to right turning $1 / 4$ left（7）；Turn $1 / 4 /$ left stepping $L$ forward（9：00）
［25－32］HEEL GRIND RIGHT，HEEL GRIND LEFT $1 / 4$ TURN LEFT，CROSS， $1 / 4$ TURN R， $1 / 4$ TURN R，CROSS
1－2\＆Step $R$ heel across $L$ starting with toe turned in then grind heel turning toe out（1）；Step $L$ to left（2）；Step $R$ to right／slightly back（\＆）
3－4\＆$\quad$ Step $L$ heel across $R$ starting with toe turned in then grind heel turning toe out turning $1 / 4$ left （3）；Step R to right（4）；Step L to left／slightly back（\＆）
5－8 Cross $R$ over $L$（5）；Turn $1 / 4$ right stepping $L$ back（6）；Turn $1 / 4$ right stepping $R$ to right（7）； Cross L over R（8）（12：00）

## TAG： 16 count tag：

［1－16］TWIST，TWIST，HOOK，TWIST，TWIST，HITCH，SAILOR R，SAILOR L $1 ⁄ 4$ TURN LEFT，REPEAT
Step $R$ to right twisting both heels right（1）；Twist both toes right（\＆）；Twist $R$ heel right as you hook $L$ across $R$ shin（ $L$ knee will be pointed toward $L$ side）（2）
$3 \& 4 \quad$ Step $L$ to left twisting both heels left（3）；Twist both toes left（\＆）；Twist $L$ heel left as you hitch （do not hook）$R$ knee up toward $R$ side（4）

## [9-16] Repeat all 8 counts

TAG: 4 count tag:
1-4 Press ball of $R$ to right with knee out (1); Turn $R$ knee in (2); Switch weight to $R$ turning $L$ knee in (3); Shift weight to $L$ standing up doing a low kick $R$ to right diagonal with flexed foot leaning slightly away from the kick (4)

Ending: At the end of the song, you will be facing 12:00 - Press ball of $R$ to right for a pose.

