

Mi Condena (de)

拍數: 64 牆數: 4 級數: Intermediate
編舞者: Gudrun Schneider (DE) & Dirk Osterloh - Dezember 2011
音樂: Mi Condena - Marcos Llunas



Samba Step R, Rock Forward, Back L + R, ¼ Turn L, Cross, Side

- 1&2 RF über LF kreuzen - Schritt nach links mit LF und Gewicht auf den RF etwas nach vorn
- 3-4 LF Schritt nach vorn, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF
- 5-6 Schritt zurück mit links, Schritt zurück mit rechts
- &7-8 ¼ Drehung links herum und Schritt nach links - RF über LF kreuzen und kleinen Schritt mit LF nach links

Sailor Step L, Behind - ½ Turn L, Jazz Box

- 1&2 RF kreuzt hinter LF, LF Schritt nach links, RF Schritt nach rechts
- 3-4 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - 1/2 Drehung links herum
- 5-6 RF über kreuzen, LF einen Schritt zurück
- 7-8 RF Schritt nach rechts, LF einen Schritt nach vorn

Walk R + L, Close, Side Rock L, Walk L + R, Close, Side Rock R

- 1-2 Schritt nach vorn mit rechts, Schritt nach vorn mit links
- &3-4 RF an den LF heransetzen - Schritt nach links mit links, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF
- 5-6 Schritt nach vorn mit links, Schritt nach vorn mit rechts
- &7-8 LF an den RF heransetzen - Schritt nach rechts mit rechts, LF etwas anheben - Gewicht zurück auf den LF

Rock Forward, Coaster Step R + L

- 1-2 RF Schritt nach vorn, LF etwas anheben, Gewicht zurück auf den LF
- 3&4 RF Schritt nach hinten, LF an RF heran setzen, RF kleiner Schritt nach vorn
- 5-6 LF Schritt nach vorn, RF etwas anheben, Gewicht zurück auf den RF
- 7&8 LF Schritt nach hinten, RF an LF heran setzen, LF kleiner Schritt nach vorn

Side Touch R + L, ¼ Turn R - Step, ¼ Turn-Close, ¼ Turn R-Close, ¼ Turn R

- 1-2 Schritt mit rechts nach rechts, LF neben RF auftippen
- 3-4 Schritt mit links nach links, RF neben LF auftippen
- 5& ¼ Drehung nach rechts dabei Schritt mit rechts nach vorn - LF hinter den RF heransetzen
- 6& ¼ Drehung nach rechts dabei Schritt mit rechts nach vorn - LF hinter den RF heransetzen
- 7& ¼ Drehung nach rechts dabei Schritt mit rechts nach vorn - LF hinter den RF heransetzen
- 8 ¼ Drehung nach rechts dabei Schritt mit rechts nach vorn

Side Touch L + R, Step With ¼ Turn L, ½ Turn L, ½ Turn L

- 1-2 Schritt nach links, RF neben LF auftippen
- 3-4 Schritt nach rechts, LF neben RF auftippen
- 5-6 ¼ Drehung links und Schritt nach vorn mit links - ½ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts
- 7-8 ½ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links - Schritt nach vorn mit rechts

Mambo Step, Back R + L, ½ Turn R, ¼ Turn R, Sailor Step

- 1&2 Schritt nach vorn mit links, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß und Schritt zurück mit links
- 3-4 Schritt zurück mit rechts, Schritt zurück mit links
- 5-6 ½ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts - ¼ Drehung rechts und Schritt mit links nach links

7&8 RF kreuzt hinter LF, Schritt nach links mit LF, RF Schritt nach rechts

Rock Forward , Shuffle In Place Turning Full L, Step, ½ Turn R, ½ Turn R

1-2 LF Schritt nach vorn, RF etwas anheben, Gewicht zurück auf den RF,

3&4 Cha Cha auf der Stelle, dabei eine volle Umdrehung links herum ausführen (l - r - l)

5-6 Schritt nach vorn mit rechts - ½ Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links

7-8 ½ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts – einen Schritt nach vorn mit links

Tanz beginnt von vorn und immer Lächeln! Viel Spaß!
