

Go Mama Go

Choreograph: Kate Sala & Robbie McGowan Hickie (UK Apr 2009)
Beschreibung: 64 Count, 4 Wall, Beginner/Intermediate
Musik: **Let Your Momma Go** – Ann Tayler (162 BPM)
Hinweis: Der Tanz beginnt nach 16 Takten des schweren Beats

SIDE, TOGETHER, ¼ TURN R, HOLD, STEP ½ TURN R, ¼ TURN R, HOLD

- 1, 2 RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen
- 3, 4 ¼ Rechtsdrehung und RF Schritt vor (3 Uhr), Halten
- 5, 6 LF Schritt vor – ½ Rechtsdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf RF (9 Uhr)
- 7, 8 ¼ Rechtsdrehung und LF Schritt nach links (12 Uhr), Halten

BACK ROCK, SIDE STRUT R, BACK ROCK, SIDE STRUT L

- 1, 2 RF Schritt zurück – LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF
- 3, 4 RF Schritt nach rechts – nur die Fußspitze aufsetzen, rechte Ferse absetzen
- 5, 6 LF Schritt zurück – RF etwas anheben, Gewicht zurück auf RF
- 7, 8 LF Schritt nach links – nur die Fußspitze aufsetzen, linke Ferse absetzen

BEHIND, SIDE, CROSS, HOLD, SIDE ROCK with ¼ TURN R, STEP, HOLD

- 1, 2 RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach links
- 3, 4 RF vor LF kreuzen, Halten
- 5, 6 LF Schritt nach links – RF etwas anheben, ¼ Rechtsdrehung und Gewicht zurück auf RF (3 Uhr)
- 7, 8 LF Schritt vor, Halten

DIAGONAL LOCK STEPS with SCUFF R, DIAGONAL LOCK STEPS with SCUFF L

- 1, 2 RF schräg rechts vor, LF hinter RF einkreuzen
- 3, 4 RF schräg rechts vor, LF nach vor schwingen – die Ferse am Boden schleifen lassen
- 5, 6 LF schräg links vor, RF hinter LF einkreuzen
- 7, 8 LF schräg links vor, RF nach vor schwingen – die Ferse am Boden schleifen lassen

REVERSE RUMBA BOX

- 1, 2 RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen
- 3, 4 RF Schritt zurück, Halten
- 5, 6 LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen
- 7, 8 LF Schritt vor, Halten

STEP ½ TURN L, STEP, HOLD, FULL TURN R, STEP, HOLD

- 1, 2 RF Schritt vor – ½ Linksdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf LF (9 Uhr)
- 3, 4 RF Schritt vor, Halten
- 5, 6 ½ Rechtsdrehung und LF Schritt zurück, ½ Rechtsdrehung und RF Schritt vor
- 7, 8 LF Schritt vor, Halten

SIDE, TOUCH, POINT, TOUCH R + L

- 1, 2 RF großer Schritt nach rechts, linke Fußspitze neben RF auftippen
- 3, 4 Linke Fußspitze links auftippen, linke Fußspitze neben RF auftippen
- 5, 6 LF großer Schritt nach links, rechte Fußspitze neben RF auftippen
- 7, 8 Rechte Fußspitze rechts auftippen, rechte Fußspitze neben RF auftippen

ROCK STEP, ½ TURN R, HOLD, STOMP, HOLD 3

- 1, 2 RF Schritt vor – LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF
- 3, 4 ½ Rechtsdrehung und RF Schritt vor (3 Uhr), Halten
- 5 LF vorn aufstampfen
- 6-8 Halten (Hände zur Seite strecken)

Wiederholung bis zum Ende

Tag/Brücke (nach Ende der 5. Runde – 3 Uhr)

SIDE, TOGETHER, ¼ TURN R, HOLD, STEP ½ TURN R, ¼ TURN R, HOLD

- 1, 2 RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen
- 3, 4 ¼ Rechtsdrehung und RF Schritt vor (6 Uhr), Halten
- 5, 6 LF Schritt vor – ½ Rechtsdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf RF (12 Uhr)
- 7, 8 ¼ Rechtsdrehung und LF Schritt nach links (3 Uhr), Halten

BEHIND, HOLD, ¼ TURN L, HOLD, CROSS, HOLD, BACK, HOLD, SIDE, HOLD, CROSS, HOLD

- 1, 2 RF hinter LF kreuzen, Halten
- 3, 4 ¼ Linksdrehung und LF Schritt vor (12 Uhr), Halten
- 5, 6 RF vor LF kreuzen, Halten
- 7, 8 LF Schritt zurück, Halten
- 9,10 RF Schritt nach rechts, Halten
- 11-12 LF vor RF kreuzen, Halten

Quelle: www.get-in-line.de