

## Shaken, Not Stirred

Choreograph: Peter Metelnick & Alison Biggs (UK Jan 2011)  
 Beschreibung: 48 Counts, 2 Wall, Beginner/Intermediate  
 Musik: **Rum ,N' Coca Cola (Shake It Up Well Radio Mix)** – Tim Tim (92 BPM)  
 Hinweis: Der Tanz beginnt nach 56 Takten (37 sec)

---

### **STEP, TOUCH FWD, BACK, BACK, COASTER CROSS -¼ TURN R-¼ TURN R, STEP**

1, 2 LF Schritt vor, rechte Fußspitze vorn auftippen  
 3, 4 RF Schritt zurück, LF Schritt zurück  
 +5,6 RF an LF heransetzen, LF kleiner Schritt vor, RF vor LF kreuzen  
 +7,8 ¼ Rechtsdrehung und LF Schritt zurück, ¼ Rechtsdrehung und RF Schritt vor (6 Uhr), LF Schritt vor

### **TOUCH FWD, BACK, COASTER STEP, STEP-TOUCH-BACK-KICK-COASTER CROSS**

1, 2 Rechte Fußspitze vorn auftippen, RF Schritt zurück  
 3+4 LF Schritt zurück, RF an LF heransetzen, LF kleiner Schritt nach vor  
 5+ RF Schritt vor, LF neben RF auftippen  
 6+ LF Schritt zurück, RF flach nach vor kicken  
 7+8 RF Schritt zurück, LF an RF heransetzen, RF vor LF kreuzen

### **HIP BUMPS-BEHIND-SIDE-CROSS, HIP BUMPS-BEHIND- ¼ TURN L- STEP**

1+2+ Hüften nach links, rechts, links und wieder nach rechts schwingen  
 3+4 LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF vor RF kreuzen  
 5+6+ Hüften nach rechts, links, rechts und wieder nach links schwingen  
 7+8 RF hinter LF kreuzen – ¼ Linksdrehung und LF Schritt vor, RF Schritt vor (3 Uhr)

### **MAMBO FWD, MAMBO BACK-HITCH- ¼ TURN R/POINT-HITCH- ¼ TURN R/POINT, TRIPLE FWD**

1+2 LF Schritt vor – RF etwas anheben, Gewicht zurück auf RF, LF an RF heransetzen (Hüften schwingen)  
 3+4 RF Schritt zurück – LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF, RF Schritt vor  
 +5 Linkes Knie anheben – ¼ Rechtsdrehung und linke Fußspitze links auftippen (6 Uhr)  
 +6 wie + 5 (Hüften mitschwingen) (9 Uhr)  
 7+8 Cha Cha nach vor (l - r - l)

### **HIP BUMPS-BEHIND-SIDE-CROSS, HIP BUMPS-BEHIND- ¼ TURN R- STEP**

1+2+ Hüften nach rechts, links, rechts und wieder nach links schwingen  
 3+4 RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF vor LF kreuzen  
 5+6+ Hüften nach links, rechts, links und wieder nach rechts schwingen  
 7+8 LF hinter RF kreuzen – ¼ Rechtsdrehung und RF Schritt vor, LF Schritt vor (12 Uhr)

### **MAMBO FWD, MAMBO BACK-HITCH- ¼ TURN L/POINT-HITCH- ¼ TURN L/POINT, TRIPLE FWD**

1+2 RF Schritt vor – LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF, RF an LF heransetzen (Hüften schwingen)  
 3+4 LF Schritt zurück – RF etwas anheben, Gewicht zurück auf RF, LF Schritt vor  
 +5 Rechtes Knie anheben – ¼ Linksdrehung und rechte Fußspitze rechts auftippen (9 Uhr)  
 +6 wie + 5 (Hüften mitschwingen) (6 Uhr)  
 7+8 Cha Cha nach vor (r - l - r)

### **Wiederholung bis zum Ende**

*Tag/Brücke (Zum Schluss nach Ende der 2. Schrittfolge – 6 Uhr)*

### **HIP BUMPS-BEHIND-SIDE-STEP, STEP- ½ TURN L-STEP**

1+2+ Hüften nach links, rechts, links und wieder nach rechts schwingen  
 3+4 LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF Schritt vor  
 5+6 RF Schritt vor – ½ Linksdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf LF, RF Schritt vor (12 Uhr)

Quelle: [www.get-in-line.de](http://www.get-in-line.de)