

Sweats Me

72 count / 2 wall

Choreographie:

Anna Campmajo & Alex Montana

Musik:

It's All Over Now von Wanda Jackson



Ausgangsposition: Sweetheart Position, Dame steht rechts vom Herrn

HEEL CROSS 2x, HEEL 2x, HEEL CROSS, HEEL, STOMP, STEP

- 1, 2 RF Ferse vor LF auftippen 2x
- 3, 4 RF Ferse rechts vorne auftippen 2x
- 5, 6 RF Ferse vor LF auftippen, RF Ferse rechts vorne auftippen
- 7, 8 RF neben LF abstellen, LF Schritt vorwärts (gesprungen)

D.: SWIVEL L 2x, TOE STRUTS ½ TURN 2x

H.: SWIVEL L 2x, TOE STRUTS 2x

- 1, 2 Beide Fersen nach links drehen, zur Mitte drehen
 - 3, 4 Beide Fersen nach links drehen, zur Mitte drehen
- Hände:** linke Hände loslassen, rechte Hände über den Kopf der Dame führen

Dame:

- 5, 6 RF Spitze auftippen, ½ Linksdrehung dabei Ferse absenken
- 7, 8 LF Spitze auftippen, ½ Linksdrehung dabei Ferse absenken

Herr:

- 5, 6 RF Spitze aufsetzen, Ferse absetzen
- 7, 8 LF Spitze aufsetzen, Ferse absetzen

Hände: wieder zur Sweetheart Position zusammenfassen

D.: KICK BALL CROSS, STEP TOUCH, ROLLING SCUFF

H.: KICK BALL CROSS, STEP STOMP, GRAPEVINE STOMP

- 1 + 2 RF schräg nach rechts vorn kicken - RF an LF heransetzen und LF über RF kreuzen

Dame:

- 3, 4 RF neben LF abstellen, LF neben RF auftippen
- 5, 6 ¼ Linksdrehung mit LF Schritt vor, ½ Linksdrehung mit RF Schritt zurück
- 7, 8 ¼ Linksdrehung mit LF schritt nach links, RF Ferse nach vorn über den Boden streifen

Herr:

- 3, 4 RF neben LF abstellen, LF neben RF abstellen
- 5, 6 RF einen Schritt nach rechts, LF hinter RF kreuzen
- 7, 8 RF einen Schritt nach rechts, LF neben RF abstellen

Hände: bei 5 die linken Hände loslassen, bei 7 Handwechsel - Dame rechte und Herr linke Hand fassen

D.: JUMP ACROSS, BACK/KICK, JUMP ACROSS, BACK/KICK, STOMP, STOMP STOMP

H.: JUMP ACROSS, BACK/KICK, JUMP ACROSS, BACK/KICK, STOMP, STOMP UP

- 1, 2 Mit dem RF über den LF springen - LF anheben, LF abstellen dabei RF nach vorne kicken
- 3, 4 RF neben LF abstellen, mit dem LF über den RF springen – RF anheben
- 5, 6 RF abstellen - LF nach vorne kicken, LF neben RF abstellen

Dame:

- 7, 8 RF aufstampfen, LF aufstampfen

Herr:

- 7, 8 RF aufstampfen, LF aufstampfen (Gewicht RF)

D.: ROCKING CHAIR, SHUFFLE ½ TURN, STOMP STOMP UP

H.: ROCKING CHAIR, SHUFFLE FORW., STOMP STOMP

Dame:

- 1, 2 RF schritt nach vorn, Gewicht zurück auf LF
- 3, 4 RF Schritt zurück, Gewicht vor auf LF
- 5 + 6 1/2 Linksdrehung mit 3 Cha Cha Schritten (R-L-R)
- 7, 8 LF neben RF aufstampfen, RF aufstampfen (Gewicht LF)

Hände: bei 5 Hände über den Kopf der Dame zur Tanzhaltung führen

Herr:

- 1, 2 LF Schritt nach vorn, Gewicht zurück auf den RF
- 3, 4 LF Schritt zurück, Gewicht vor auf den RF
- 5 + 6 LF Schritt schräg vorwärts, RF an LF heran setzen, LF Schritt schräg vorwärts
- 7, 8 RF neben LF aufstampfen, LF aufstampfen

D.: 1/8 TURN SIDE HOLD 2x, 1/4 TURN SIDE BY SIDE STOMP**H.: 1/8 TURN SIDE HOLD 2x, 1/4 TURN SIDE BY SIDE HOLD****Dame:**

- 1, 2 1/8 Rechtsdrehung mit RF Schritt nach rechts, Halten
- 3, 4 1/8 Rechtsdrehung mit LF Schritt nach links, Halten
- 5, 6 1/8 Rechtsdrehung mit RF Schritt nach rechts, LF an RF heranstellen
- 7, 8 1/8 Rechtsdrehung mit RF Schritt nach rechts, LF neben RF aufstampfen

Herr:

- 1, 2 1/8 Rechtsdrehung mit LF Schritt nach links, Halten
- 3, 4 1/8 Rechtsdrehung mit RF Schritt nach links, Halten
- 5, 6 1/8 Rechtsdrehung mit LF Schritt nach links, RF an LF heranstellen
- 7, 8 1/8 Rechtsdrehung mit LF Schritt nach links, Halten

D.: TOE STRUTS 2x, TOE STRUTS 1/4 TURN 2x**H.: TOE STRUTS 1/4 TURN 4x**

Hände: Dame linke und Herr rechte Hand loslassen, andere Hände über die Köpfe führen

Dame:

- 1, 2 RF Spitze aufsetzen, Ferse absetzen
- 3, 4 LF Spitze aufsetzen, Ferse absetzen

Herr:

- 1, 2 RF Spitze auftippen, 1/4 Linksdrehung dabei Ferse absenken
- 3, 4 LF Spitze auftippen, 1/4 Linksdrehung dabei Ferse absenken

Beide:

- 5, 6 RF Spitze auftippen, 1/4 Linksdrehung dabei Ferse absenken
- 7, 8 LF Spitze auftippen, 1/4 Linksdrehung dabei Ferse absenken

Hände: Zusammenfassen zur Sweetheart Haltung

GRAPEVINE SCUFF 2x

- 1, 2 RF einen Schritt nach rechts, LF hinter RF kreuzen
- 3, 4 RF einen Schritt nach rechts, LF Ferse nach vorn über den Boden streifen
- 5, 6 LF einen Schritt nach links, RF hinter LF kreuzen
- 7, 8 LF einen Schritt nach links, RF Ferse nach vorn über den Boden streifen

Hände: Sweetheart Position (5-8 Dame kl. und Herr gr. Schritte)

Brücke: in der 5 Wall hier die Brücke tanzen, dann von vorne beginnen

TOE STRUTS 2x, CROSS ROCK, STOMP 2x

- 1, 2 RF Spitze aufsetzen, Ferse absetzen
- 3, 4 LF Spitze aufsetzen, Ferse absetzen
- 5, 6 RF vor dem LF kreuzen, Gewicht zurück auf LF
- 7, 8 RF neben LF aufstampfen, LF aufstampfen

BRÜCKE:**GRAPEVINE STOMP UP 2x,**

- 1, 2 RF einen Schritt nach rechts, LF hinter RF kreuzen
- 3, 4 RF einen Schritt nach rechts, LF neben RF aufstampfen (Gewicht RF)
- 5, 6 LF einen Schritt nach links, RF hinter LF kreuzen
- 7, 8 LF einen Schritt nach links, RF neben LF aufstampfen (Gewicht LF)

GRAPEVINE STOMP,

- 1, 2 RF einen Schritt nach rechts, LF hinter RF kreuzen
- 3, 4 RF einen Schritt nach rechts, LF neben RF aufstampfen

TOES STRUTS 8x

- 1+2+ RF Spitze aufsetzen, Ferse absetzen, LF Spitze aufsetzen, Ferse absetzen
- 3+4+ RF Spitze aufsetzen, Ferse absetzen, LF Spitze aufsetzen, Ferse absetzen
- 5+6+ RF Spitze aufsetzen, Ferse absetzen, LF Spitze aufsetzen, Ferse absetzen
- 7+8+ RF Spitze aufsetzen, Ferse absetzen, LF Spitze aufsetzen, Ferse absetzen