

## Mama & Me



Choreographie: Gary O'Reilly  
Beschreibung: 32 count / 2-wall / Improver  
Musik: Mamas by

Anne Wilson & Hillary Scott

### Intro: 16 counts

#### **S 1: Step, touch, back, kick, behind side cross, side rock cross, ¼ turn, ¼ turn, cross**

- 1 & RF diag, nach vorn, LF neben RF auf tippen
- 2 & LF Schritt zurück, RF diag. nach vorn kicken
- 3 & 4 RF hinter LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF über LF kreuzen
- 5 & 6 LF Schritt nach links, (rechte Ferse anheben) Gewicht zurück auf RF, LF über RF kreuzen
- 7 & 8 ¼ Linksdrehung, RF Schritt zurück, ¼ Linksdrehung, LF Schritt nach links, RF über LF kreuzen  
( 6Uhr )

#### **S 2: Step, touch, back, kick, behind side cross, side close back, shuffle diag.**

- 1 & LF diag, nach vorn, RF neben LF auf tippen
- 2 & RF Schritt zurück, LF diag. nach vorn kicken
- 3 & 4 LF hinter RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF über RF kreuzen
- 5 & 6 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen, RF Schritt zurück
- 7 & 8 LF Schritt dig. nach vorn, RF zum LF aufschliessen; LF Schritt diag. nach vorn

#### **S 3: Cross rock, side rock, sailor step ¼ turn, cross rock, side rock, sailor step ¼ turn**

- 1 & RF vor LF kreuzen (linke Ferse anheben) Gewicht zurück auf LF
- 2 & RF Schritt nach rechts, (linke Ferse anheben) Gewicht zurück auf LF
- 3 & 4 RF hinter LF kreuzen, ¼ Rechtsdrehung, LF Schritt nach links, RF Schritt nach rechts ( 9 Uhr )
- 5 & LF vor RF kreuzen (rechte Ferse anheben) Gewicht zurück auf RF
- 6 & LF Schritt nach links, (rechte Ferse anheben) Gewicht zurück auf RF
- 7 & 8 LF hinter RF kreuzen, ¼ Linksdrehung, RF Schritt nach rechts, LF Schritt nach links ( 6 Uhr )

#### **S 4: Mambo step ½ turn, locking shuffle ½ turn, coaster step, shuffle**

- 1 & 2 RF Schritt nach vorn (linke Ferse anheben) Gewicht zurück auf LF, ½ Rechtsdrehung, RF Schritt nach vorn ( 12 Uhr )
- 3 & 4 ¼ Rechtsdrehung, LF Schritt nach links, RF über LF kreuzen, ¼ Rechtsdrehung, LF Schritt zurück ( 6 Uhr )
- 5 & 6 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt nach vorn
- 7 & 8 LF Schritt nach vorn, RF zum LF aufschliessen; LF Schritt nach vorn

Tanz beginnt wieder von vorne

#### **Tag 1: am Ender der 1. Runde ( 6 Uhr )**

##### **Step, close**

- 1, 2 RF Schritt nach vorn, LF neben RF absetzen

#### **Tag 2: am Ender der 2. & 5. Runde ( 12 Uhr & 6 Uhr )**

##### **Jazz box 2x**

- 1, 2 RF über LF kreuzen, LF Schritt zurück
- 3, 4 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen
- 5, 6 RF über LF kreuzen, LF Schritt zurück
- 7, 8 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen

#### **Tag 2: am Ender der 4. & 6. Runde ( 12 Uhr )**

##### **Jazz box**

- 1, 2 RF über LF kreuzen, LF Schritt zurück
- 3, 4 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen

Keep smiling

04.08.2024