

Sophisticated Mamma

(4 wall line dance)

Choreograaf: Kate Sala (Juli 2003)

Tellen: 64 tellen

Niveau: Intermediate

Muziek: Kool & The Gang – Ladies night

Intro van 32 tellen

Walk Forward, Heel Dig, Walk Back, Ball Cross.

- 1- 4 RV stap voor, LV stap voor, RV stap voor, LV zet hak voor
- 5- 6 LV stap achter, RV stap achter
- 7&8 LV stap achter, RV stap op bal van de voet op de plaats, LV stap gekruist voor RV

Side, Behind & Heel & Cross, Side, Behind, 1/4 Turn, Heel & Cross.

- 1- 2 RV stap rechts opzij, LV stap gekruist achter RV
- &3&4 RV stap rechts opzij, LV tik hak diagonaal links voor, LV stap op de plaats, RV stap gekruist voor LV
- 5- 6 LV stap links opzij, RV stap gekruist achter LV
- &7&8 LV stap achter met ¼ draai rechtsom, RV zet hak voor, RV stap op de plaats, LV stap gekruist voor RV

Rolling Vine Right, Rolling Vine Left & Step Left.

- 1- 2 RV stap rechts opzij met ¼ draai rechtsom, LV stap met ½ draai rechtsom
- 3- 4 RV stap met ¼ draai rechtsom, LV tik aan naast RV
- 5- 6 LV stap links opzij met ¼ draai linksom, RV stap met ½ draai linksom
- 7&8 LV stap met ¼ draai linksom, RV stap naast LV, LV stap links opzij

Cross Rock & Heel & Cross, Side Rock, Cross Shuffle.

- 1- 2 RV rock gekruist voor LV, rock terug op LV
- &3&4 RV stap rechts opzij en iets naar achter, LV zet hak diagonaal links voor, LV stap op de plaats, RV stap gekruist voor LV
- 5- 6 LV rock links opzij, rock terug op RV
- 7&8 LV stap gekruist voor RV, RV stap rechts opzij, LV stap gekruist voor RV

Walk Round Full Circle, Rocking Chair, Walk Forward x 2.

- 1- 4 RV stap, LV stap, RV stap, LV stap en maak tijdens deze stappen een hele draai rechtsom
- 5&6& RV rock voor, rock terug op LV, RV rock achter, rock terug op LV
- 7- 8 RV stap voor, LV stap voor

Forward Rock, Shuffle 1/2 Turn, Pivot 1/2 Turn x 2

- 1- 2 RV rock voor, rock terug op LV
- 3&4 RV shuffle met ½ draai rechtsom (rechts, links, rechts)
- 5- 8 LV stap voor, pivot turn ½ draai rechtsom, LV stap voor, pivot turn ½ draai rechtsom

Cross Step, Side Kick, Cross Shuffle, Walk Around, Cross Shuffle.

- 1- 2 LV stap gekruist voor RV, RV schop rechts opzij
- 3&4 RV stap gekruist voor LV, LV stap links opzij, RV stap gekruist voor LV
- 5- 6 LV stap, RV stap en maak tijdens deze stappen een hele draai linksom (voltooi draai met de volgende stap)
- 7&8 LV stap gekruist voor RV, RV stap rechts opzij, LV stap gekruist voor RV

Side Rock & Cross, Side Rock & Cross, Touch, Touch, Kick, Ball Change.

- 1&2 RV rock rechts opzij, rock terug op LV, RV stap gekruist voor LV
- 3&4 LV rock links opzij, rock terug op RV, LV stap gekruist voor RV
- 5- 7 RV tik rechts opzij, RV tik gekruist voor LV, RV schop voor
- &8 RV stap op bal van de voet op de plaats, LV stap voor

Herhaal alles

Tag: Word gedanst aan het einde van de derde muur:

- 1- 4 RV stap voor, LV stap voor, RV stap achter, LV stap achter
- 5&6 RV schop voor, RV+LV spring naar achter met voeten uit elkaar eerst rechts, dan links
- 7- 8 Draai heupen linksom in een hele cirkel en eindig met een hip bump naar links