

## Mama & Me

32 count / 2-wall  
Improver



Choreographie:

Gary O'Reilly

08/2022

Music: Mamas - Anne Wilson & Hillary Scott

Intro: 16 Counts.

### SECTION 1: FWD, TOUCH, BACK, KICK, BEHIND SIDE CROSS, SIDE ROCK & CROSS, $\frac{1}{4}$ , $\frac{1}{4}$ , CROSS

- 1 + RF Schritt schräg rechts vorwärts und LF neben RF auftippen
- 2 + LF Schritt zurück und RF nach schräg rechts vorne kicken 1:30
- 3 + 4 RF hinter dem LF kreuzen, LF Schritt nach links, RF vor dem LF kreuzen 12:00
- 5 + 6 LF Schritt nach links (rechte Ferse anheben), Gewicht zurück auf RF, LF vor dem RF kreuzen
- 7 +  $\frac{1}{4}$  Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück und  $\frac{1}{4}$  Linksdrehung & LF Schritt nach links
- 8 RF vor dem LF kreuzen

### SECTION 2: FWD, TOUCH, BACK, KICK, BEHIND SIDE CROSS, SIDE TOG. BACK, DIAGONAL SHUFFLE L-R-L

- 1 + LF Schritt schräg links vorwärts und RF neben LF auftippen
- 2 + LF Schritt zurück und LF nach schräg links vorne kicken 4:30
- 3 + 4 LF hinter dem RF kreuzen, RF Schritt nach rechts, LF vor dem RF kreuzen 6:00
- 5 + 6 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen, RF Schritt zurück
- 7 + 8 LF Schritt schräg links vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt schräg links vorwärts 4:30

### SECTION 3: CROSS ROCK, SIDE ROCK, SAILOR $\frac{1}{4}$ R, CROSS ROCK, SIDE ROCK, SAILOR $\frac{1}{4}$ L

- 1 + RF vor dem LF kreuzen (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 2 + RF Schritt nach rechts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3 + 4 RF hinter dem LF kreuzen,  $\frac{1}{4}$  Rechtsdrehung & LF neben RF absetzen, RF Schritt nach rechts
- 5 + LF vor dem RF kreuzen (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 6 + LF Schritt nach links (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 7 + 8 LF hinter dem RF kreuzen,  $\frac{1}{4}$  Linksdrehung & RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts 6:00

### SECTION 4: MAMBO $\frac{1}{2}$ R, $\frac{1}{2}$ TURNING LOCK STEP, COASTER STEP, SHUFFLE FWD

- 1 + RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 2  $\frac{1}{2}$  Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt vorwärts
- 3 +  $\frac{1}{4}$  Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt nach links und RF vor dem LF kreuzen
- 4  $\frac{1}{4}$  Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück
- 5 + 6 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 7 + 8 LF Schritt vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

Tanz beginnt wieder von vorne

Brücke: Am Ende des 1. Durchgangs tanze zusätzlich

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und LF neben RF absetzen

Brücke: Am Ende des 2. und 5. Durchgangs tanze zusätzlich

**R Jazzbox, R Jazzbox**

- 1, 2 RF vor dem LF kreuzen und LF Schritt zurück
- 3, 4 RF Schritt nach rechts und LF kleiner Schritt vorwärts
- 5, 6 RF vor dem LF kreuzen und LF Schritt zurück
- 7, 8 RF Schritt nach rechts und LF kleiner Schritt vorwärts

**Brücke: Am Ende des 4. und 6. Durchgangs tanze zusätzlich****R Jazzbox**

- 1, 2 RF vor dem LF kreuzen und LF Schritt zurück
- 3, 4 RF Schritt nach rechts und LF kleiner Schritt vorwärts

**Finish: Im 7. Durchgang tanze bis Count 18 und dann**

- 3 + RF hinter dem LF kreuzen und  $\frac{1}{4}$  Rechtsdrehung & LF neben RF absetzen
- 4  $\frac{1}{4}$  Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt nach rechts