Get In Line

Out & Jump

Choreographie: Rep Ghazali

Beschreibung:	Phrased, 4 wall, beginner/intermediate line dance
Musik:	**Jump Into My Bed** von Lou Bega
Hinweis:	Der Tanz beginnt nach 32 Taktschlägen mit dem Einsatz des Gesangs
Sequenz:	AAA, B, AAA, B, AAA, B

Part/Teil A

Chassé r, rock across, chassé l, cross, ¼ turn r

1&2	Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts
3-4	Linken Fuß über rechten kreuzen, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
5&6	Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links
7-8	Rechten Fuß über linken kreuzen - ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links (3 Uhr)

Rock back, shuffle turning ½ l, ¼ turn l, close, shuffle forward

1-2	Schritt nach hinten mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
3&4	Cha Cha auf der Stelle, dabei eine ½ Drehung links herum ausführen (r - l - r) (9 Uhr)
5-6	¼ Drehung links herum und Schritt nach links mit links (6 Uhr) - Rechten Fuß an linken heransetzen
7&8	Schritt nach vorn mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach vorn mit links

Rocking chair, shuffle forward, cross, ¼ turn l

1-2	Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
3-4	Schritt nach hinten mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß
5&6	Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach vorn mit rechts
7-8	Linken Fuß über rechten kreuzen - ¼ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts (3 Uhr)

Side, hold & rock side, behind-side-cross, rock side/flick

1-2	Schritt nach links mit links - Halten
&3-4	Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß
5&6	Linken Fuß hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts und linken Fuß über rechten kreuzen
7-8	Schritt nach rechts mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß, rechten Fuß nach hinten schnellen

Part/Teil B

Out, hold, out, hold, shuffle back r + l

1-2	Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts - Halten
3-4	Schritt nach schräg links vorn mit links (schulterbreit auseinander)- Halten
5&6	Schritt nach schräg rechts hinten mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach schräg rechts hinten mit rechts
7&8	Schritt nach schräg links hinten mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach schräg links hinten mit links

Jump back, hold 2x, toe strut forward r + l

1-2	Sprung nach hinten - Halten
3-4	Sprung nach hinten - Halten (Gewicht am Ende links)
5-6	Schritt nach vorn mit rechts, nur die Fußspitze aufsetzen - Rechte Hacke absenken
7-8	Schritt nach vorn mit links, nur die Fußspitze aufsetzen - Linke Hacke absenken

Out, hold, out, hold, shuffle back r + l

1-8	Wie Schrittfolge 1 von Teil B

Jump back, hold 2x, toe strut forward, ¼ turn r & toe strut back

1-2	Sprung nach hinten - Halten
3-4	Sprung nach hinten - Halten (Gewicht am Ende links)
5-6	Schritt nach vorn mit rechts, nur die Fußspitze aufsetzen - Rechte Hacke absenken
7-8	¼ Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links, nur die Fußspitze aufsetzen (12 Uhr) - Linke Hacke absenken

Wiederholung bis zum Ende

Aufnahme: 19.09.2010; Stand: 05.05.2013. Druck-Layout ©2012 by Get In Line (www.get-in-line.de). Alle Rechte vorbehalten.