

Go Greased Lightning

Description: Phrased / 1 Wall
Level: Intermediate
Musik: Greased Lightning von Grease (Soundtrack)

Tanzsequenzen: AB, AB, 2x Mini A, C, 2x Mini A, C, Mini B, Finish

Part A:

SHUFFLE R / ROCK STEP / SHUFFLE L / ROCK STEP

1&2 RF zur R Seite setzen, LF an RF heransetzen, RF zur R Seite setzen,
3,4 LF hinter RF gekreuzt absetzen und belasten, Gewicht auf RF verlagern
5&6 LF zur L Seite setzen, RF an LF heransetzen, LF zur L Seite setzen
7,8 RF hinter LF gekreuzt absetzen und belasten, Gewicht auf LF verlagern

DIAGONAL SHUFFLES IN PLACE / VAUDVILLE WALKS

1&2 RF diag. R vor setzen, LF an RF heransetzen, RF diag. R vor setzen
3&4 LF diag. L vor setzen, RF an LF heransetzen, LF diag. L vor setzen
5-8 RF diag. R vor setzen, LF diag. L vor setzen, RF diag. R vor setzen, LF diag. L vor setzen

STEP-TOUCH / ½ TURN L-TOUCH / STEP-TOUCH / ½ TURN L-TOUCH

1,2 RF vor setzen, LF- Spitze hinter RF auf den Boden tippen
3,4 ½ Drehung nach L und LF vor setzen, RF- Spitze neben LF auf den Boden tippen
5,6 RF vor setzen, LF- Spitze hinter RF auf den Boden tippen
7,8 ½ Drehung nach L und LF vor setzen, RF- Spitze neben LF auf den Boden tippen

JUMP UP CLAP / JUMP BACK CLAP / TOE STRUTS DIAGONAL R - L & CLICK

&1,2 RF, R vor setzen, LF zur L Seite setzen, Position halten und klatschen
&3,4 RF nach R hinten setzen, LF zur L Seite setzen, Position halten und klatschen
5 RF- Spitze diag. R vorn auf den Boden pressen
6 R Hacken senken, Gewicht auf RF verlagern und mit beiden Händen nach R schnippen
7 LF- Spitze diag. L vorn auf den Boden pressen
8 L Hacken senken, Gewicht auf LF verlagern und mit beiden Händen nach L schnippen

CROSS- HOLD / SIDE- HOLD / JAZZ BOX / HOLD

1-4 RF vor LF gekreuzt absetzen und Position halten, LF zur L Seite setzen und Position halten
5-8 RF vor LF gekreuzt absetzen, LF nach hinten setzen, RF nach R setzen und Position halten

CROSS- HOLD / SIDE- HOLD / JAZZ BOX WITH SHIMMY

1-4 LF vor RF gekreuzt absetzen und Position halten, RF zur R Seite setzen und Position halten
5-8 LF vor RF gekreuzt absetzen, RF nach hinten setzen, LF nach L setzen, RF an LF heransetzen

JUMPING JACKS OUT- TOGETHER- OUT- TOGETHER / SLIGHTLY RUN FORWARD

1,2 mit einem Sprung Füße nach beiden Seiten stellen und wieder zusammenstellen
3,4 mit einem Sprung Füße nach beiden Seiten stellen und wieder zusammenstellen
5-8 mir sehr kleinen Schritten vor rennen, mit RF beginnen, am Ende RF an LF heransetzen

PART B:

R HAND MOVE

- 1 mit einem Sprung die Füße zu den Seiten setzen, R Arm nach R ausstrecken und nach R gucken
2-8 den Arm langsam nach vorn drehen (Kopf folgt der Bewegung)

ARM MOVEMENT IN- UP- IN- OUT

- 1,2,3,4 R Hand mit Ellenbogen nach unten an R Schulter bringen, R Arm nach oben strecken
R Hand mit Ellenbogen nach unten an R Schulter bringen, R Arm zur R Seite ausstrecken
5,6,7,8 R Hand mit Ellenbogen nach unten an R Schulter bringen, R Arm nach oben strecken
R Hand mit Ellenbogen nach unten an R Schulter bringen, R Arm zur R Seite ausstrecken

Anmerkung: Während der 8 Counts die Hüfte abwechselnd zu den Seiten bewegen

L HAND MOVE

- 1 Füße bleiben in Position, L Arm zur L Seite ausstrecken und nach L gucken
2-8 den Arm langsam nach vorn drehen (Kopf folgt der Bewegung)

ARM MOVEMENT IN- UP- IN- OUT

- 1,2,3,4 L Hand mit Ellenbogen nach unten an L Schulter bringen, L Arm nach oben strecken
L Hand mit Ellenbogen nach unten an L Schulter bringen, L Arm zur L Seite ausstrecken
5,6,7,8 L Hand mit Ellenbogen nach unten an L Schulter bringen, L Arm nach oben strecken
L Hand mit Ellenbogen nach unten an L Schulter bringen, L Arm zur L Seite ausstrecken

Anmerkung: Während der 8 Counts die Hüfte abwechselnd zu den Seiten bewegen

ARM POSES TO BEAT

- 1,2 beide Fäuste mit Ellenbogen an die Schulter bringen, beide Hände nach oben strecken
3,4-5 Beide Hände in T-Position zu den Seiten strecken, Position halten
6 beide Arme nach vorn strecken
7 beide Ellenbogen beugen und die Fäuste an die Hüften bringen
8 Position halten

SHOULDER DROPS / STEP IN PLACE

- 1,2,3,4 die Schultern abwechselnd nach oben und unten bewegen
5-8 Während der Counts, 7 Minischritte nach hinten ausführen, mit LF beginnen

PART C:

HAND JIVE ARM MOVEMENT

- 1,2 Hände auf Oberschenkel klatschen, in die Hände klatschen
3,4 R Hand vor der Brust über L Hand halten, L Hand vor der Brust über R Hand halten
5,6 R Faust vor der Brust über L Faust halten, L Faust vor der Brust über R Faust halten
7,8 R Hand mit Daumen nach hinten über R Schulter halten, L Hand mit Daumen nach hinten über L Schulter halten
& mit einem Sprung $\frac{1}{4}$ Drehung nach L ausführen

REPEAT: HAND JIVE ARM MOVEMENT, 3 TIMES

wiederholt diese Steps noch 3x, bis Ihr wieder zur Ausgangswand steht

FINISH: (like a Fabulous Broadway Ending)

Während der 8 langsamen Beats zur Mitte laufen und am Schluss nach vorn sehen, die Hände in die Lust strecken und mit den Händen wackeln