

# The Beast

Description: 64 Counts / 4 Wall  
Level: Advanced  
Musik: Something In The Water von Cheap Seats  
Choreographie: Rob Fowler

## Street Wise Running Man Steps

- 1 Mit beiden Füßen etwa schulterbreit auseinander springen (diagonal, RF vorn, LF hinten)
- &2 Wieder zusammen springen, dabei L Knie anheben und mit beiden Füßen etwa schulterbreit auseinander springen (diagonal, LF vorn, RF hinten)
- &3 Wieder zusammen springen, dabei R Knie anheben und mit beiden Füßen etwa schulterbreit auseinander springen (gerade)
- &4 Wieder zusammen springen und mit beiden Füßen etwa schulterbreit auseinander springen (gerade)
- &5 Wieder zusammen springen, dabei L Knie anheben und mit beiden Füßen etwa schulterbreit auseinander springen (diagonal, LF vorn, RF hinten)
- &6 Wieder zusammen springen, dabei R Knie anheben und mit beiden Füßen etwa schulterbreit auseinander springen (diagonal, RF vorn, LF hinten)
- 7 Mit beiden Füßen etwa schulterbreit auseinander springen (gerade)
- &8 Wieder zusammen springen und mit beiden Füßen etwa schulterbreit auseinander springen (gerade)
- & Wieder zusammen springen (Gewicht auf dem LF)

## Kick-Ball-Change, Kick, Touch, Turn, Body Roll

- 1 RF nach vorn kicken
- &2 RF an LF heransetzen und Gewicht auf den LF verlagern
- 3-4 RF nach vorn kicken - R Spitze hinten auftippen
- 5 ½ Drehung R herum auf beiden Ballen (6 Uhr)
- 6-7 Mit den Hüften eine Rollbewegung aufwärts machen, dabei das Gewicht auf den RF verlagern
- 8 LF neben RF auftippen

## Left Vine With ¼ Turn L, Jumps, Kick-Ball-Change, Hips Jump Back

- 1-2 Schritt nach L mit LF - RF hinter LF kreuzen
- 3 ¼ Drehung L herum und Schritt nach vorn mit LF (9 Uhr)
- &4 2 kleine Sprünge nach vorn
- 5 RF nach vorn kicken
- &6 RF an LF heransetzen und Gewicht auf den LF verlagern
- 7 Hüften nach vorn schwingen
- &8 2 kleine Sprünge zurück

## Snake Rolls L + R, Back, Look, Heel Taps With ¼ Turn

- 1-2 Hüften schlangenartig nach L rollen
- 3-4 Hüften schlangenartig nach R rollen
- &5 Kleinen Schritt zurück mit LF und Schritt nach vorn mit RF
- 6 Über die L Schulter schauen, 90 Grad
- 7&8 Hacken 3x kurz anheben und wieder senken, dabei ¼ Drehung L herum ausführen (Körper und Kopf schauen jetzt wieder in die gleiche Richtung = 6 Uhr)

## Hitch-Slide-Together 2x, Touch, Sweep, Turn, Hips

- 1 R Knie anheben, etwas nach L beugen
- &2 Schritt nach R mit RF und LF an RF heransetzen
- 3&4 wie 1&2
- 5 R Fußspitze vorn auftippen
- 6 RF im Halbkreis nach hinten schwingen und hinter LF aufsetzen
- 7 ½ Drehung R herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende RF (12 Uhr)
- &8 Hüften nach L und nach R schwingen

## Hitch, Slide, Hitch, Slide, Touch, Sweep, Turn, Hips

- 1-8 wie Schrittfolge zuvor, aber spiegelbildlich mit dem LF beginnend (6 Uhr)

## Rock Steps, Turn, Traveling Pigeon Steps

- 1 Schritt nach vorn mit RF
- &2 Gewicht wieder zurück auf den LF & und Gewicht wieder auf den RF
- &3 Gewicht wieder zurück auf den LF und RF an LF heransetzen, dabei  $\frac{1}{4}$  Drehung L herum ausführen (3 Uhr)
- &4 Hacken nach R drehen und wieder zurück, Füße etwas auseinander
- 5 L Spitze und R Hacke nach L drehen
- 6 L Hacke und R Spitze nach L drehen
- 7 L Spitze und R Hacke nach L drehen
- &8 L Hacke und R Spitze nach L drehen sowie L Spitze und R Hacke nach L drehen

#### **Jumping Jacks, Paddle Turns**

- 1 Mit beiden Füßen etwa schulterbreit auseinanderspringen
- &2 Wieder zusammenspringen und mit beiden Füßen etwa schulterbreit auseinanderspringen
- &3 Wieder zusammenspringen, dabei  $\frac{1}{2}$  Drehung L herum ausführen, und mit beiden Füßen etwa schulterbreit auseinanderspringen (9 Uhr)
- &4 Wieder zusammenspringen und mit beiden Füßen etwa schulterbreit auseinanderspringen
- &5 Wieder zusammenspringen, dabei R Knie anheben und mit dem R Ballen  $\frac{1}{8}$  Drehung L herum anschieben
- &6 R Knie anheben und mit dem R Ballen  $\frac{1}{8}$  Drehung L herum anschieben
- &7 wie &6
- &8 wie &6 (3 Uhr)

**Tanz beginnt von vorn und lächeln!!!!**