

Mama Shuffle (It) (P)

LINEDANCE.COM

Count: 32 **Wall:** — **Level:** Couples dance

Choreographer: Marilù Teseo e Daniele Bertani - febbraio 2019

Music: I'm One Woman Man - G. Jones

Musica consigliata :

I'm one woman man - G.Jones

Never Loved Before - A.Jackson -

O qualunque brano a base east coast

Posizione di partenza: su due file uomini di fronte alle donne a circa un metro di distanza

Donne

- 1 Step av. dx
- 2 Step av sx
- 3&4 Shuffle av dx

a questo punto prendiamo con mano dx

mano sx cavaliere che abbiamo davanti

- 5&6 Rock step av sx
- 7&8 Coaster step sx
- 1-2 Step lat dx -sx chiude di fianco al dx
- 3&4 Shuffle sx indietro
- 5&6 Rockstep dx indietro
- 7&8 Triple step dx av ruot 1/4 a sx

la dama passa sotto il braccio sx del cav

- 1&2 Triple step sx ruotando di $\frac{1}{4}$ a sx
- 3&4 Triplestep dx avanti
- 5&6 Triple step sx ruotando di $\frac{1}{4}$ a dx
- 7&8 Triple step dx sul posto

ci troviamo di nuovo uno di fronte all'altro e qui lasciamo la mano del partner

- 1&2** Step sx ind prima app. Punta poi tacco
- 3&4** Step dx ind " " "
- 5&6** Step sx ind " " "
- 7&8** Rock Step dx ind " " "

Si ricomincia

Uomini

- 1-2** Step av. Sx Step av dx
- 3&4** Shuffle av sx

qui il cav. prende mano dx dama - con sua mano sx

- 5-6** Rock step av dx
- 7&8** Coaster step dx
- 1-2** Step lat sx - dx chiude di fianco al sx
- 3&4** Shuffle dx dietro
- 4-6** Rock step sx ind
- 7&8** Triple step sx aprendosi a dx

l'uomo alza il braccio sinistro per fare

passare sotto la dama. Il cavaliere sarà dietro alla dama e abbasserà i braccio.

- 1&2** Triple step dx ruotando di $\frac{1}{4}$ a dx l'uomo abbassa il braccio e guida la donna di
- 3&4** Triple step sx ruotando di $\frac{1}{4}$ a dx fronte a se
- 5&6** Triple step dx ruotando di $\frac{1}{4}$ a dx
- 7&8** Triple step sx sulposto qui si lascia la mano della dama
- 1&2** Step dx ind prima app. Punta poi tacco
- 3&4** Step sx ind prima app. Punta poi tacco
- 5&6** Step dx ind prima app. Punta poi tacco
- 7&8** Rock Step sx ind prima app. Punta poi tacco

E' possibile ballarla come scambio di coppia. In questo caso si esegue in cerchio con gli uomini all'interno e negli ultimi 8 tempi il cavaliere si muoverà verso destra facendo i toe-strut incrociati per raggiungere la dama successiva.

www.italiancountryfamily.com

Source: LineDance.com — https://www.linedance.com/index.php?f=dance_view&id=131415