



Make You Sweat

Beschreibung: Beginner / Intermediate Line Dance
32 Counts, 4 Wall

Choreographie: Ria Vos

Musik: Uhh La La La

von: Chi Hua Hua

Beginn: nach 48 Counts mit dem Gesang

1-8 **Side R, Touch L, Side L, Kick R, Behind R- ¼ L & Step L-R / Step L- ½ R- Step L, Full Tripple Turn L**
1& R Fuß nach R stellen / L Fußspitze neben R Fuß tippen
2& L Fuß nach L stellen / R Fuß diagonal nach R kicken
3&4 R Fuß hinter L Fuß kreuzen / ¼ Drehung L und L Fuß nach vorn stellen / R Fuß nach vorn stellen (9:00)
5&6 L Fuß nach vorn stellen / ½ Drehung auf beiden Ballen nach R / L Fuß nach vorn stellen (3:00)
7& ½ Drehung nach L und R Fuß nach hinten stellen / ½ Drehung nach L und L Fuß nach vorn stellen (3:00)
8 R Fuß nach vorn stellen

9-16 **Rocking Chair L, Step L- ¼ Turn R- Cross L / Side Toe Struts R, Cross Toe Strut L, Chasse`R**
1& L Fuß nach vorn stellen und R Hacken anheben / Gewicht zurück auf R Fuß
2& L Fuß nach hinten stellen und R Hacken anheben / Gewicht zurück auf R Fuß
3&4 L Fuß nach vorn stellen / ¼ Drehung auf beiden Ballen nach R / L Fuß vor R Fuß kreuzen (6:00)
5& R Ballen nach R stellen / R Hacken betont absenken,
Styling: beide Arme nach R schwingen und schnipsen
6& L Ballen gekreuzt vor R Fuß stellen / L Hacken betont absenken
Styling: beide Arme nach L schwingen und schnipsen
7&8 R Fuß nach R stellen / L Fuß neben R Fuß stellen / R Fuß nach R stellen
Styling: beide Hände mit den Handflächen nach vorn 2x zur R Seite über den Kopf nach oben stoßen

17-24 **Step Sway Out L, Step Sway Out R, Coaster Step L / Jazz Box ¼ Turn R, Step-Lock-Step L**
1-2 L Fuß diagonal nach L vorn stellen, Hüfte schwingen / R Fuß nach R stellen, Hüfte schwingen
3&4 L Fuß nach hinten stellen / R Fuß neben L Fuß stellen / L Fuß nach vorn stellen
5&6 R Fuß vor L Fuß kreuzen / L Fuß nach hinten stellen / ¼ Drehung R und R Fuß nach R stellen (9:00)
7&8 L Fuß nach vorn stellen / R Fuß hinter L Fuß kreuzen / L Fuß nach vorn stellen

25-32 **Mambo Forward R, Run Rack L-R-L / Point- Hitch- Point- Flick R, Big Side Step R, Together**
1&2 R Fuß nach vorn stellen / Gewicht zurück auf L Fuß / R Fuß nach hinten stellen
3&4 3 Schritte nach hinten L-R-L
5& R Fußspitze nach R tippen / R Knie nach oben ziehen
Styling: beide Arme nach R schwingen und schnipsen
6& R Fußspitze nach R tippen / R Fuß hinter L Bein kreuzen
Styling: beide Arme nach R schwingen und schnipsen
7-8 R Fuß weit nach R stellen / L Fuß neben R Fuß stellen
Styling: R Arm mit der Handfläche nach oben über den Kopf schwingen

Restart: im 3. Tanzdurchgang tanze nur bis Count 16 und stelle auf & den L Fuß neben den R Fuß, danach beginnt der Tanz wieder von vorn (12:00)

Ending: der Tanz endet mit dem Coaster Step in der 3. Sektion, tanze diesen Coaster Step mit ½ Drehung nach R
3&4 L Fuß nach hinten stellen / ½ Drehung nach R und R Fuß nach vorn stellen / L Fuß nach vorn stellen (12:00)