

Mambo 101

Choreografie: Tami Smith
 Beschreibung: 32 Count, 2 wall, Beginner
 Musik "Mambo No. 5", Lou Bega (174 BPM)
 Intro: 32 Counts (ca. 17 sec.)
 (der Tanz beginnt mit Einsatz des Gesanges)

1-8 MAMBO-STEP FWD, HOLD, MAMBO-STEP BACK, HOLD

1,2 RF Schritt vorwärts, Gewicht zurück auf LF
 3,4 RF neben LF schließen, halten
 5,6 LF Schritt rückwärts, Gewicht zurück auf RF
 7,8 LF neben RF schließen, halten

9-16 MAMBO-STEP RIGHT, HOLD, STEP, TOGETHER, STEP, TOUCH

1,2 RF Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf LF
 3,4 RF neben LF schließen, halten
 5,6 LF Schritt nach links, RF neben LF schließen
 7,8 LF Schritt nach links, RF neben LF auftippen

17-24 CROSS ROCK-STEP, ¼ TURN & STEP FWD, TRIPLE STEP FWD, HOLD

1,2 RF vor LF kreuzen, Gewicht zurück auf LF
 3,4 ¼ Rechts-Drehung und RF Schritt vorwärts, halten (03:00)
 5,6 LF Schritt vorwärts, RF neben LF schließen
 7,8 LF Schritt vorwärts, halten

25-32 ROCK-STEP FWD, ¼ TURN & STEP FWD, TRIPLE STEP FWD, HOLD

1,2 RF Schritt vorwärts, Gewicht zurück auf LF
 3,4 ¼ Rechts-Drehung und RF Schritt vorwärts, halten (06:00)
 5,6 LF Schritt vorwärts, RF neben LF schließen
 7,8 LF Schritt vorwärts, halten