

The Morning After

Choreo: Gary O'Reilly (IRE) & Maggie Gallagher (UK)
16 cts / 4 w / Absolute Beginner / 0 restarts / 0 tags
Musik: The Morning After - Nathan Carter
Intro: 4 x 8 counts

Nov. 2022

182 bpm

Sektion 1:	Heel-Strut re+li, Rock-Step re, Back re, Back-Toe-Strut li+re, Coaster-Step li	
1&2&	re Ferse vorne aufsetzen; re Fußspitze senken; li Ferse vorne aufsetzen; li Fußspitze senken;	
3&4	re Fuß Schritt vorwärts; Gewicht zurück auf den li Fuß; re Fuß Schritt rückwärts;	
5&6&	li Fußspitze rückwärts aufsetzen; li Ferse senken; re Fußspitze rückwärts aufsetzen; re Ferse senken;	
7&8	li Fuß Schritt rückwärts; re Ballen schließt neben dem li Fuß; li Fuß Schritt vorwärts;	
Sektion 2:	1/4 Jazz-Box-Turn R, Heel-Toe-Twists li+re mit Clap	
1,2	re Fuß Kreuzschritt vor dem li Fuß; li Fuß Schritt rückwärts;	
3,4	1/4 Re-Drehung am li Ballen, re Fuß Schritt seitwärts; li Fuß schließt neben re Fuß;	03:00
5&6&	beide Fersen nach links drehen; beide Fußspitzen nach links drehen; beide Fersen nach links drehen; in die Hände klatschen;	
7&8&	beide Fersen nach rechts drehen; beide Fußspitzen nach rechts drehen; beide Fersen nach rechts drehen; in die Hände klatschen; (Gewicht am Ende links)	

Ending: Am Ende der Wand 13 (bei 3:00 Uhr) mit viel Spaß den rechten Arm nach oben schwingen und ein paar Luftgitarren-Akkorde spielen; dabei nach vorne drehen - 12:00 Uhr.

Quelle: www.copperknob.co.uk
Druck-Layout (Sunny Liners). Alle Angaben ohne Gewähr!