

Mony Mony

80 + 48 count, 1-wall, intermediate

Sequenz: AB AB AB AB



Musik: "Mony Mony" (140 BPM) by Dean Brothers (Album: Kiss Me Honey, Honey)

Choreographie: Maggie Gallagher

Part/Teil A (Strophe)

Walk forward 2, point, cross r + l, rock forward

- 1 - 2 Schritt nach vorn mit rechts - Schritt nach vorn mit links
- 3 - 4 Rechte Fußspitze rechts auftippen - Rechten Fuß über linken kreuzen
- 5 - 6 Linke Fußspitze links auftippen - Linken Fuß über rechten kreuzen
- 7 - 8 Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß

¼ turn r & side, clap-clap-clap, & side & side, clap-clap-clap, hold

- 1 ¼ Drehung rechts und Schritt nach rechts mit rechts
- 2&3 3x klatschen
- &4 Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts
- &5 Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts
- 6&7 3x klatschen
- 8 Halten

Rock forward, shuffle back turning ½ l, rock forward, shuffle back turning ½ r

- 1 Schritt nach vorn mit links, rechten Fuß etwas anheben
- 2 Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 3&4 Cha Cha zurück, dabei ½ Drehung links (l - r - l)
- 5 Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß etwas anheben
- 6 Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 7&8 Cha Cha zurück, dabei ½ Drehung rechts (r - l - r)

Stomp, clap-clap-clap, & side & side, clap-clap-clap, hold

- 1 Linken Fuß links aufstampfen
- 2&3 3x klatschen
- &4 Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links
- &5 Rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach links mit links
- 6&7 3x klatschen
- 8 Halten

Walk forward 2, point, cross r + l, rock forward

- 1 - 2 Schritt nach vorn mit rechts - Schritt nach vorn mit links
- 3 - 4 Rechte Fußspitze rechts auftippen - Rechten Fuß über linken kreuzen
- 5 - 6 Linke Fußspitze links auftippen - Linken Fuß über rechten kreuzen
- 7 - 8 Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß

¼ turn r & side, clap-clap-clap, & side & side, clap-clap-clap, hold

- 1 ¼ Drehung rechts und Schritt nach rechts mit rechts
- 2&3 3x klatschen
- &4 Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts
- &5 Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts
- 6&7 3x klatschen
- 8 Halten

Rock forward, shuffle back turning ½ l, rock forward, shuffle back turning ½ r

- 1 Schritt nach vorn mit links, rechten Fuß etwas anheben
- 2 Gewicht zurück auf den rechten Fuß
- 3&4 Cha Cha zurück, dabei ½ Drehung links (l - r - l)
- 5 Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuß etwas anheben
- 6 Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 7&8 Cha Cha zurück, dabei ½ Drehung rechts (r - l - r)

Step, together, step touch l, step, touch r + l

- 1 Schritt nach schräg links vorn mit links
- 2 Rechten Fuß an linken heransetzen
- 3 Schritt nach schräg links vorn mit links
- 4 Rechten Fuß neben linkem auftippen
- 5 Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts
- 6 Linken Fuß neben rechtem auftippen
- 7 Schritt nach schräg links vorn mit links
- 8 Rechten Fuß neben linkem auftippen

Toe strut, turn strut 3x

- 1 Schritt nach rechts mit rechts, nur die Fußspitze aufsetzen
- 2 Rechte Ferse absenken
- 3 ½ Drehung rechts und Schritt nach links mit links, nur die Fußspitze aufsetzen
- 4 Linke Ferse absenken
- 5 ½ Drehung links und Schritt nach rechts mit rechts, nur die Fußspitze aufsetzen
- 6 Rechte Ferse absenken
- 7 ½ Drehung rechts und Schritt nach links mit links, nur die Fußspitze aufsetzen
- 8 Linke Ferse absenken
(Option: Bei den "Yeahs" über die Haare fahren und mit den Fingern schnippen)

Full turn l paddle turn

- 1 Schritt nach vorn mit rechts
- 2 ¼ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende am linken Fuß
- 3-8 1-2 3x wiederholen)

Part/Teil B (Refrain)

Step, shimmy, touch, clap r + l

- 1 Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts, Knie etwas beugen
- 2 Linken Fuß herangleiten lassen, mit dem Körper und den Schultern wackeln
- 3 Linken Fuß neben rechtem auftippen, dabei wieder aufrichten
- 4 Klatschen
- 5-8 wie 1-4, aber spiegelbildlich nach schräg links vorn

Toe struts back

- 1 Schritt zurück mit rechts, nur die Fußspitze aufsetzen
- 2 Rechte Ferse absenken
- 3 Schritt zurück mit links, nur die Fußspitze aufsetzen
- 4 Linke Ferse absenken
- 5-8 wie 1-4 (bei 8 zusätzlich den rechten Fuß an den linken heransetzen - etwas Abstand)
(Option: Über die Haare fahren und mit den Fingern schnippen)

Knee pop, hold l + r, knee pop l + r + l + r

- 1 Linkes Knie nach innen beugen
- 2 Halten
- 3 Linkes Knie wieder strecken und rechtes Knie nach innen beugen
- 4 Halten
- 5-8 Knie abwechselnd nach innen beugen l - r - l - r

Rolling vine r + l

- 1-3 Mit 3 Schritten in Richtung rechts eine volle Umdrehung rechts
- 4 Linken Fuß an rechten heransetzen und klatschen
- 5-7 Mit 3 Schritten in Richtung links eine volle Umdrehung links
- 8 Rechten Fuß an linken heransetzen und klatschen

Toe strut, turn strut 3x

- 1 Schritt nach rechts mit rechts, nur die Fußspitze aufsetzen
- 2 Rechte Ferse absenken
- 3 ½ Drehung rechts und Schritt nach links mit links, nur die Fußspitze aufsetzen
- 4 Linke Ferse absenken
- 5 ½ Drehung links und Schritt nach rechts mit rechts, nur die Fußspitze aufsetzen
- 6 Rechte ferse absenken
- 7 ½ Drehung rechts und Schritt nach links mit links, nur die Fußspitze aufsetzen
- 8 Linke Ferse absenken
(Option: Bei den "Yeahs" über die Haare fahren und mit den Fingern schnippen)

1½ turn I paddle turn

- 1 Schritt nach vorn mit rechts
- 2 ¼ Drehung links auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem linken Fuß
- 3 Schritt nach vorn mit rechts
- 4 ¼ Drehung links auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem linken Fuß
- 5 Schritt nach vorn mit rechts
- 6 ½ Drehung links auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem linken Fuß
- 7 Schritt nach vorn mit rechts
- 8 ½ Drehung links auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem linken Fuß

Wiederholung bis zum Ende