

# Mountains To The Sea



Level: 64 counts / 2-wall / Beginner-Intermediate  
Choreografie: Maggie Gallagher (01/2016)  
Musik: Mountains To The Sea von Mary Black feat. Imelda May

## **Intro: 8 counts**

### **ROCK STEP, BACK STEP, ROCK STEP, SHUFFLE BACK**

- 1, 2 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3, 4 RF Schritt zurück (linke Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf LF
- 5, 6 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 7 + 8 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt zurück

### **BACK STEP, ROCK STEP, BACK STEP, SHUFFLE**

- 1, 2 LF Schritt zurück (rechte Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf RF
- 3, 4 LF Schritt vorwärts (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 5, 6 LF Schritt zurück (rechte Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf RF
- 7 + 8 LF Schritt vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts

**Restart: Im 5. Durchgang beginne hier wieder von vorne.**

### **SIDE ROCK, CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK, CROSS SHUFFLE**

- 1, 2 RF Schritt nach rechts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3 + 4 RF weit über dem LF kreuzen, LF etwas zum RF heransetzen, RF weiter über LF kreuzen
- 5, 6 LF Schritt nach links (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 7 + 8 LF weit über dem RF kreuzen, RF etwas zum LF heransetzen, LF weiter über RF kreuzen

### **SIDE TOUCH, SIDE TOUCH, HEEL & HEEL & HEEL, HOLD**

- 1, 2 RF Schritt nach rechts und LF neben RF auftippen
- 3, 4 LF Schritt nach links und RF neben LF auftippen
- 5 + Rechte Ferse vorne auftippen und RF neben LF absetzen
- 6 + Linke Ferse vorne auftippen und LF neben RF absetzen
- 7, 8 Rechte Ferse vorne auftippen und Halten

### **SIDE TOUCH, SIDE TOUCH, HEEL & HEEL & HEEL, HOLD**

- 1, 2 RF Schritt nach rechts und LF neben RF auftippen
- 3, 4 LF Schritt nach links und RF neben LF auftippen
- 5 + Rechte Ferse vorne auftippen und RF neben LF absetzen
- 6 + Linke Ferse vorne auftippen und LF neben RF absetzen
- 7, 8 Rechte Ferse vorne auftippen und Halten

### **JAZZ BOX ¼ TURN R, JAZZ BOX ¼ TURN CROSS**

- 1, 2 RF vor dem LF kreuzen und ¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück
- 3, 4 RF Schritt nach rechts und LF Schritt vorwärts
- 5, 6 RF vor dem LF kreuzen und ¼ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück
- 7, 8 RF Schritt nach rechts und LF vor dem RF kreuzen

### **VINE R CROSS, CHASSE, BACK STEP**

- 1, 2 RF Schritt nach rechts und LF hinter dem RF kreuzen
- 3, 4 RF Schritt nach rechts und LF vor dem RF kreuzen
- 5 + 6 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen, RF Schritt nach rechts
- 7, 8 LF Schritt zurück (rechte Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf RF

### **VINE L CROSS, CHASSE, BACK STEP**

- 1, 2 LF Schritt nach links und RF hinter dem LF kreuzen
- 3, 4 LF Schritt nach links und RF vor dem LF kreuzen
- 5 + 6 LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach links
- 7, 8 RF Schritt zurück (linke Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf LF

**Der Tanz beginnt wieder von vorne.**

Quelle: [www.bald-eagle.de](http://www.bald-eagle.de)