

Mi Rowsu

32 counts / 4 wall /
beginner-intermediate



Choreographie:

*DJ Alex, Pim van Grootel,
Daniel Trepas, Roy Verdonk,
Jose Miguel Belloque,
Vane, Raymond Sarlemijn*

Musik:

Mi Rowsu

By Damaru & Jan Smit

Video

WALK FORWARD, R, L, R, L, R, L, MAMBO STEP, ¼ TURN RIGHT, CROSS LEFT

- 1 + 2 RF Schritt vor, LF Schritt vor, RF Schritt vor
- 3 + 4 LF Schritt vor, RF Schritt vor, LF Schritt vor
- 5 + 6 RF Schritt vor, Gewicht zurück auf LF, RF Schritt zurück
- 7 + 8 LF Schritt zurück, ¼ Drehung nach rechts und RF Schritt nach rechts, LF vor RF kreuzen

SIDE ROCK CROSS, SIDE ROCK CROSS WITH ½ TURN RIGHT, ½ MAMBO BOX, ½ MAMBO BOX

- 1 + 2 RF Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf LF, RF vor LF kreuzen
- 3 + 4 LF Schritt nach links, ½ Drehung rechts, LF vor RF kreuzen
- 5 + 6 RF Schritt nach rechts, LF neben RF, RF Schritt vor
- 7 + 8 LF Schritt nach links, RF neben LF, LF Schritt vor

PADDLE ½ TURN LEFT, SHUFFLE FORWARD RIGHT, PADDLE ½ TURN RIGHT, HIPROLL

- + 1 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf LF
- + 2 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf LF
- 2 + 4 RF Schritt vor, LF neben RF, RF Schritt vor
- + 5 LF Schritt vorwärts und ¼ Rechtsdrehung mit RF
- + 6 LF Schritt vorwärts und ¼ Rechtsdrehung mit RF
- + 7 neben RF, Hüfte rollen im Uhrzeigersinn und Hände über dem Kopf zusammen halten
- 8 Hüfte rollen im Uhrzeigersinn und Hände über dem Kopf zusammen halten

CHASSE - HEEL, CHASSE - HEEL, SIDE, TOUCH, ¼ TURN, TOUCH, ¼ TURN, TOUCH, SIDE, TOUCH

- 1 + 2 + RF Schritt nach rechts, LF neben RF, RF Schritt nach rechts, L Ferse diagonal links vor
- 3 + 4 + LF Schritt nach links, RF neben LF, LF Schritt nach links, R Ferse diagonal rechts vor
- 5 + 6 + RF Schritt nach rechts, LF neben RF auftippen, LF ¼ Drehung links, RF neben LF auftippen
- 7 + 8 + RF ¼ Drehung links, LF neben RF auftippen, LF Schritt nach links, RF neben LF auftippen

BRÜCKE: Nach der 6. Wand

- 1 Hüfte rollen im Uhrzeigersinn und Hände über dem Kopf zusammen halten
- 2 Hüfte rollen im Uhrzeigersinn und Hände über dem Kopf zusammen halten

Tanz beginnt wieder von vorne