

Mony Mony Phrased / 1wall / Intermediate

Choreographie: Maggie Gallagher

Musik: Mony Mony Dean Brothers

Sequence: AB AB AB AB ..

PART A (Strophe)



WALK, WALK, POINT, CROSS, POINT, CROSS, FORWARDROCK

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts
- 3, 4 Rechte Fußspitze rechts auf tippen und RF vor dem LF kreuzen
- 5, 6 Linke Fußspitze links auf tippen und LF vor dem RF kreuzen
- 7, 8 RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben) und Gewicht zurück auf LF

¼ RIGHT, CLAPCLAPCLAP, & SIDE & SIDE, CLAPCLAPCLAP, HOLD

- 1 ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt nach rechts
- 2 + 3 3 x klatschen
- + 4 LF neben RF absetzen und RF Schritt nach rechts
- + 5 LF neben RF absetzen und RF Schritt nach rechts
- 6 + 7 3 x klatschen
- 8 Halten

FORWARDROCK, TRIPLE ½ TURN, FORWARDROCK, TRIPLE ½ TURN

- 1, 2 LF Schritt vorwärts (RF etwas anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 3 + 4 ½ Linksdrehung mit 3 Cha Cha Schritten rückwärts (LF, RF, LF)
- 5, 6 RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 7 + 8 ½ Rechtsdrehung mit 3 Cha Cha Schritten rückwärts (RF, LF, RF)

STOMP, CLAPCLAPCLAP, & SIDE & SIDE, CLAPCLAPCLAP, HOLD

- 1 LF Schritt stampfend nach links
- 2 + 3 3 x klatschen
- + 4 RF neben LF absetzen und LF Schritt nach links
- + 5 RF neben LF absetzen und LF Schritt nach links
- 6 + 7 3 x klatschen
- 8 Halten

WALK, WALK, POINT, CROSS, POINT, CROSS, FORWARDROCK

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts
- 3, 4 Rechte Fußspitze rechts auf tippen und RF vor dem LF kreuzen
- 5, 6 Linke Fußspitze links auf tippen und LF vor dem RF kreuzen
- 7, 8 RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben) und Gewicht zurück auf LF

¼ RIGHT, CLAPCLAPCLAP, & SIDE & SIDE, CLAPCLAPCLAP, HOLD

- 1¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt nach rechts
- 2 + 3 3 x klatschen
- + 4 LF neben RF absetzen und RF Schritt nach rechts
- + 5 LF neben RF absetzen und RF Schritt nach rechts
- 6 + 7 3 x klatschen
- 8 Halten

FORWARDROCK, TRIPLE ½ TURN, FORWARDROCK, TRIPLE ½ TURN

- 1, 2 LF Schritt vorwärts (RF etwas anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 3 + 4 ½ Linksdrehung mit 3 Cha Cha Schritten rückwärts (LF, RF, LF)
- 5, 6 RF Schritt vorwärts (LF etwas anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 7 + 8 ½ Rechtsdrehung mit 3 Cha Cha Schritten rückwärts (RF, LF, RF)

LEFT TOGETHER, LEFT TOUCH, RIGHT TOUCH, LEFT TOUCH

- 1, 2 LF Schritt 45° links vorwärts und RF neben LF absetzen

- 3, 4 LF Schritt 45° links vorwärts und RF neben LF auftippen
- 5, 6 RF Schritt 45 ° rechts vorwärts und LF neben RF auftippen
- 7, 8 LF Schritt 45° links vorwärts und RF neben LF auftippen

TOE STRUT, TURN STRUT, TURN STRUT, TURN STRUT

- 1, 2 Rechte Fußspitze rechts aufsetzen und rechte Ferse absetzen
- 3, 4 ½ Rechtsdrehung auf RF & Linke Fußspitze links aufsetzen und linke Ferse absetzen
- 5, 6 ½ Linksdrehung auf LF & Rechte Fußspitze rechts aufsetzen und rechte Ferse absetzen
- 7, 8 ½ Rechtsdrehung auf RF & Linke Fußspitze links aufsetzen und linke Ferse absetzen

Option: Bei den „Yeahs“ über die Haare fahren und mit den Fingern schnippne (wie in den 60er)

PADDLE TURNS (FULL TURN TOTAL)

Yeah! Yeah! Yeah! Yeah! Yeah! Yeah! Yeah! Yeah!

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 3, 4 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 5, 6 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 7, 8 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)

PART B (Refrain)

STEP, SHIMMY, TOUCH, CLAP, STEP SHIMMY, TOUCH, CLAP

- 1, 2 RF Schritt 45 ° rechts vorwärts (Knie beugen) und LF zum RF heranziehen (Schultern schütteln)
- 3, 4 LF neben RF auftippen (wieder aufrichten) und Klatschen
- 5, 6 LF Schritt 45° links vorwärts (Knie beugen) und RF zum LF heranziehen (Schultern schütteln)
- 7, 8 RF neben LF auftippen (wieder aufrichten) und Klatschen

BACK STRUT, BACK, STRUT, BACK STRUT, BACK STRUT

- 1, 2 Rechte Fußspitze hinten aufsetzen und rechte Ferse absetzen
- 3, 4 Linke Fußspitze hinten aufsetzen und linke Ferse absetzen
- 5, 6 Rechte Fußspitze hinten aufsetzen und rechte Ferse absetzen
- 7, 8 Linke Fußspitze hinten aufsetzen und linke Ferse absetzen

Option: Bei den „Struts“ über die Haare fahren und mit den Fingern schnippne (wie in den 60er)

KNEEPOP, HOLD, KNEEPOP, HOLD, KNEE LEFT, RIGHT, LEFT, RIGHT

- 1, 2 Linkes Knie nach innen beugen und Halten
- 3, 4 Rechtes Knie nach innen beugen (linkes Knie wieder strecken) und Halten
- 5 Linkes Knie nach innen beugen (rechtes Knie strecken)
- 6 Rechtes Knie nach innen beugen (linkes Knie strecken)
- 7 Linkes Knie nach innen beugen (rechtes Knie strecken)
- 8 Rechtes Knie nach innen beugen (linkes Knie strecken)

ROLLING VINE RIGHT, ROLLING VINE LEFT

- 1, 2 RF Schritt nach rechts mit ¼ Rechtsdrehung und ½ Rechtsdrehung auf RF & LF Schritt zurück
- 3, 4 ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt nach rechts und LF neben RF auftippen & klatschen
- 5, 6 LF Schritt nach links mit ¼ Linksdrehung und ½ Linksdrehung auf LF & RF Schritt zurück
- 7, 8 ¼ Linksdrehung auf RF & LF Schritt nach links und RF neben LF auftippen & klatschen

TOE STRUT, TURN STRUT, TURN STRUT, TURN STRUT

- 1, 2 Rechte Fußspitze rechts aufsetzen und rechte Ferse absetzen
- 3, 4 ½ Rechtsdrehung auf RF & Linke Fußspitze links aufsetzen und linke Ferse absetzen
- 5, 6 ½ Linksdrehung auf LF & Rechte Fußspitze rechts aufsetzen und rechte Ferse absetzen
- 7, 8 ½ Rechtsdrehung auf RF & Linke Fußspitze links aufsetzen und linke Ferse absetzen

Option: Bei den „Yeahs“ über die Haare fahren und mit den Fingern schnippne (wie in den 60er)

PADDLE TURNS (ONE AND A HALF TURN TOTAL)

.Yeah! Yeah! Yeah! Yeah! Yeah! Yeah! Yeah! Yeah!

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 3, 4 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 5, 6 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 7, 8 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)

Tanz beginnt wieder von vorne