

MAMA & ME



Chorégraphe : Gary O' REILLY - County Sligo , IRLANDE / Août 2022

LINE Dance : 32 temps - 2 murs

Niveau : novice / intermédiaire

Musique : **Mamas - Anne WILSON & Hillary SCOTT - BPM 82 / 164**

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - **29 / 8 / 2022**

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 16 temps

FORWARD, TOUCH, BACK, KICK, BEHIND SIDE CROSS, SIDE ROCK & CROSS, TURN 1/4, TURN 1/4, CROSS

- 1& pas PD sur diagonale avant D ↗ - TAP PG à côté du PD
2& pas PG sur diagonale arrière G ↙ - KICK-**LOW** PD sur diagonale avant D ↗ - **1 : 30** -
3&4 BEHIND-SIDE-CROSS D : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG - **12 : 00** -
5&6 ROCK STEP latéral **syncopé** G côté G , revenir sur PD côté D - CROSS PG devant PD
7&8 **1/4 de tour G** ... pas PD arrière - **1/4 de tour G** ... pas PG côté G - CROSS PD devant PG - **6 : 00** -

*FORWARD, TOUCH, BACK, KICK, BEHIND SIDE CROSS,
SIDE TOGETHER BACK, DIAGONAL SHUFFLE LEFT-RIGHT-LEFT*

- 1& pas PG sur diagonale avant G ↖ - TAP PD à côté du PG
2& pas PD sur diagonale arrière D ↘ - KICK-**LOW** PG sur diagonale avant G ↖ - **4 : 30** -
3&4 BEHIND-SIDE-CROSS G : CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - CROSS PG devant PD - **6 : 00** -
5&6 RUMBA BOX syncopé arrière D : pas PD côté D - pas PG à côté du PD - pas PD arrière
7&8 SHUFFLE G avant : pas PG sur diagonale avant G ↖ - pas PD à côté du PG - pas PG sur diagonale avant G ↖ - **4 : 30** -

CROSS/ROCK, SIDE ROCK, SAILOR 1/4 RIGHT, CROSS/ROCK, SIDE ROCK, SAILOR 1/4 LEFT

- 1& CROSS ROCK STEP **syncopé** D devant ↖, revenir sur PG derrière ↘
2& ROCK STEP latéral **syncopé** D côté D , revenir sur PG côté G - **6 : 00** -
3&4 SAILOR STEP D : CROSS PD derrière PG - **1/4 de tour D** ... pas PG à côté du PD - pas PD côté D - **9 : 00** -
5& CROSS ROCK STEP **syncopé** G devant ↗, revenir sur PD derrière ↙
6& ROCK STEP latéral G côté G , revenir sur PD côté D
7&8 SAILOR STEP G : CROSS PG derrière PD - **1/4 de tour G** ... pas PD à côté du PG - pas PG avant - **6 : 00** -

MAMBO 1/2 RIGHT, TURN 1/2 TURNING LOCK STEP, COASTER STEP, SHUFFLE FORWARD

- 1&2 ROCK STEP D avant , revenir sur PG arrière - **1/2 tour D** , sur **BALL** PG ... pas PD avant - **12 : 00** -
3&4 **1/4 de tour D** ... pas PG côté G - CROSS PD devant PG - **1/4 de tour D** ... pas PG arrière - **6 : 00** -
5&6 COASTER STEP D : reculer **BALL** PD - reculer **BALL** PG à côté du PD - pas PD avant
7&8 SHUFFLE G avant : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant

TAG 1 : 2 temps à ajouter après le 1^{er} mur

WALK RIGHT, LEFT TOGETHER

- 1.2 STEP-TOGETHER D avant : pas PD avant - pas PG à côté du PD (*appui PG*)

TAG 2 : 8 temps à ajouter après le 2^{ème} et le 5^{ème} murs

RIGHT JAZZ BOX, RIGHT JAZZ BOX

- 1 à 4 JAZZ BOX D : CROSS PD par-dessus PG - pas PG arrière - pas PD côté D - **petit** pas PG avant
5 à 8 JAZZ BOX D : CROSS PD par-dessus PG - pas PG arrière - pas PD côté D - **petit** pas PG avant

TAG 3 : 4 temps à ajouter après le 4^{ème} et le 6^{ème} murs

RIGHT JAZZ BOX

- 1 à 4 JAZZ BOX D : CROSS PD par-dessus PG - pas PG arrière - pas PD côté D - **petit** pas PG avant

FIN : après le 18^{ème} temps du 7^{ème} mur,

SAILOR STEP D : **1/2 tour D** ... CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - pas PD avant - **12 : 00** -





Mama & Me

Choreographed by **Gary O'REILLY** (IR) - August 2022

Gary O'reilly : oreillygary1@eircom.net

Description : 32 count, 2 wall, Improver Line Dance

Music : **Mamas - Anne WILSON & Hillary SCOTT** / Album : My Jesus , April 2021

Intro : 16 counts

FORWARD, TOUCH, BACK, KICK, BEHIND SIDE CROSS, SIDE ROCK & CROSS, TURN 1/4, TURN 1/4, CROSS

- 1&2& Step diagonally forward right on right, touch left together, step left back, low kick right to right diagonal (1:30)
3&4 Behind-side-cross right-left-right (12:00)
5&6 Rock left side, recover to right, cross left over
7&8 Turn 1/4 left and step right back, turn 1/4 left and step left side, cross right over (6:00)

FORWARD, TOUCH, BACK, KICK, BEHIND SIDE CROSS, SIDE TOGETHER BACK, DIAGONAL SHUFFLE LEFT-RIGHT-LEFT

- 1&2& Step diagonally forward left on left, touch right together, step right back, low kick left to left diagonal (4:30)
3&4 Behind-side-cross left-right-left (6:00)
5&6 Step right side, step left together, step right back
7&8 Step left forward towards left diagonal, step right together, step left forward towards left diagonal (4:30)

CROSS/ROCK, SIDE ROCK, SAILOR 1/4 RIGHT, CROSS/ROCK, SIDE ROCK, SAILOR 1/4 LEFT

- 1&2& Cross/rock right over, recover to left, rock right side, recover to left (6:00)
3&4 Cross right behind, turn 1/4 right and step left together, step right side (9:00)
5&6& Cross/rock left over, recover to right, rock left side, recover to right
7&8 Cross left behind, turn 1/4 left and step right together, step left forward (6:00)

MAMBO 1/2 RIGHT, TURN 1/2 TURNING LOCK STEP, COASTER STEP, SHUFFLE FORWARD

- 1&2 Rock right forward, recover to left, turn 1/2 right and step right forward (12:00)
3&4 Turn 1/4 right and step left side, cross right over, turn 1/4 right and step left back (6:00)
5&6 Step right back, step left together, step right forward
7&8 Step left forward, step right together, step left forward

Repeat

TAG 1 : After wall 1

WALK RIGHT, LEFT TOGETHER

- 1.2 Step right forward, step left together

TAG 2 : After walls 2 and 5

RIGHT JAZZ BOX, RIGHT JAZZ BOX

- 1-4 Cross right over, step left back - Step right side, step slightly left forward
5-8 Cross right over, step left back - Step right side, step slightly left forward

TAG 3 : After walls 4 and 6

RIGHT JAZZ BOX

- 1-4 Cross right over, step left back - Step right side, step slightly left forward

ENDING : After count 18 on wall 7, right sailor step turning 1/2 right

<https://www.copperknob.co.uk/stepsheets/mama--me-ID163383.aspx>

<http://www.kickit.to/>

<http://www.copperknob.co.uk/>