

Go Greased Lightning

Choreographie: Michele Burton & Michael Barr (Dec 2005)
Beschreibung: Phrased, Intermediate
Musik: **Greased Lightning** – Soundtrack Grease (121 BPM)

ARM INTRO

It's automatic – POSE

Rechter Arm nach oben strecken – Finger zeigen nach oben, Linker Arm an der Hüfte – Finger zeigen zum Boden, LF gestreckt, RF leicht in die Knie gehen, Blick nach rechts

It's systematic – POSE

Arme im rechten Winkel an Körper heranziehen, Gewicht auf beiden Beinen

It's hy...dromatic – POSE

Hüften von links nach rechts rollen, am Ende beide Arme zur Seite strecken

Why, it's Greased Lightning.....(circular arm motion)

One The Words;

Greased: Linker Arm mit kreisender Bewegung zum rechten Arm bringen

Light: Linker Arm in gleicher Position wie rechten Arm

Ning: Linker Arm mit einer ganzen kreisender Bewegung zum rechten Arm bringen

... Linker Arm ruckartig nach links bewegen dabei Gewicht vom RF auf LF verlagern

PART A

TRIPLE STEP R, BACK ROCK, TRIPLE STEP L, BACK ROCK

1+2 Cha Cha nach rechts (r – l – r)
3, 4 LF Schritt zurück – RF etwas anheben, Gewicht zurück auf RF
5+6 Cha Cha nach links (l – r – l)
7, 8 RF Schritt zurück – LF etwas anheben, Gewicht zurück auf LF

TRIPLE STEP ON R DIAGONAL / L DIAGONAL, VAUDVILLE WALKS

1+2 Cha Cha am Platz – Körperrichtung leicht rechts diagonal (r – l – r)
3+4 Cha Cha am Platz – Körperrichtung leicht links diagonal (l – r – l)
5-8 4 Schritte nach vor dabei die Füße leicht außen drehen (r – l – r – l)

STEP TOUCH, ½ TURN TOUCH, STEP TOUCH, ½ TURN TOUCH

1, 2 RF Schritt vor, LF neben RF auftippen
3, 4 ½ Linksdrehung und RF Schritt vor, LF neben RF auftippen (6 Uhr)
5-8 wie 1 – 4 (12 Uhr)

JUMP FWD, CLAP, JUMP BACK, CLAP, TOE HEEL R DIAGONAL, TOE HEEL L DIAGONAL

+1,2 Kleiner Sprung nach vor (RF dann LF), klatschen
+3,4 Kleiner Sprung zurück (RF dann LF), klatschen
5, 6 Rechte Fußspitze rechts diagonal vorn auftippen, rechte Ferse absetzen dabei schnippen
7, 8 Linke Fußspitze links diagonal vorn auftippen, linke Ferse absetzen dabei schnippen

CROSS, HOLD, SIDE, HOLD, CROSS, BACK, SIDE, HOLD

1, 2 RF vor LF kreuzen, Halten (Arme schwingen nach rechts)
3, 4 LF Schritt nach links, Halten (Arme schwingen nach links)
5, 6 RF vor LF kreuzen, LF Schritt zurück
7, 8 RF Schritt nach rechts, Halten

CROSS, HOLD, SIDE, HOLD, CROSS, BACK, SIDE, TOGETHER – with Shimmies

1, 2 LF vor RF kreuzen, Halten (Arme schwingen nach links)
3, 4 RF Schritt nach rechts (Arme schwingen nach rechts)
5, 6 LF vor RF kreuzen, RF Schritt zurück
7, 8 LF Schritt nach links, RF neben LF heransetzen (dabei bei 5 – 8 mit den Schultern wackeln)

OUT, TOGETHER, OUT, TOGETHER (jumping jacks), RUN (slightly) FWD

1, 2 Kleiner Sprung mit beiden Beinen auseinander, kleiner Sprung mit beiden Beinen zusammen
3, 4 wie 1, 2
5+ Kleine Schritte auf den Fußballen nach vor (laufen)
6+ (r – l – r – l – r – l – r)
7+8 am Ende RF an LF heransetzen.

PART B GO GREASED LIGHTNING

RIGHT ARM MOVE

- 1 RF Schritt nach rechts – Rechte Arm rechts ausstrecken Zeigefinger zeigt Richtung 3 Uhr
2-8 Knie vom RF auf und ab heben dabei die rechte Arm im Halbkreis Richtung 12 Uhr bewegen

ARM MOVEMENT IN, UP, IN, OUT

- 1, 2 Rechte Arm zum Körper anwinkeln (Faustbildung), rechte Arm nach oben heben
3, 4 Rechte Arm runter zur Schulter abwinkeln, rechte Arm rechts ausstrecken
5-8 wie 1-4

LEFT ARM MOVE

- 1 LF Schritt nach links – Linke Arm links ausstrecken Zeigefinger zeigt Richtung 9 Uhr
2-8 Knie vom LF auf und ab heben dabei die linke Arm im Halbkreis Richtung 12 Uhr bewegen

ARM MOVEMENT IN, UP, IN, OUT

- 1, 2 Linke Arm zum Körper anwinkeln (Faustbildung), linke Arm nach oben heben
3, 4 Linke Arm runter zur Schulter abwinkeln, linke Arm links ausstrecken
5-8 wie 1-4

ARM POSES TO BEAT (hands fisted for entire sequence)

- 1-3 Beide Arme an Körper anwinkeln, Beide Arme nach oben, Beide Arme nach außen
4, 5 Halten, Halten
6, 7 Beide Arme nach vor strecken, Beide Arme an Körper anwinkeln
8 Halten

SHOULDERS DROPS, STEP IN PLACE (bringing feet together)

- 1-4 Mit den Schultern auf und ab wackeln (l – r – l – r)
5+ 7 kleine Schritte zurück (l – r – l – r – l – r – l)
6+ am Ende LF neben RF heransetzen.
7+
8

REPEAT PARTS A & B

- MINI A Tanze die ersten 32 Counts von Part A
MINI A Tanze die ersten 32 Counts von Part A

PART C

MODIFIED HAND JIVE

- 1, 2 Beide Hände mit einer Rückwärtsbewegung über die Hüften klatschen, mit den Händen klatschen
3, 4 Beide Arme übereinander kreuzen (rechte Hand oben), spiegelbildlich übereinander kreuzen
5, 6 Beide Fäuste übereinander geben (rechte Faust oben), spiegelbildlich übereinander geben
7, 8 Rechten Arm auf Schulterhöhe anwinkeln, Linken Arm auf Schulterhöhe anwinkeln
& Kleiner Sprung auf beiden Beinen mit einer ¼ Linksdrehung (l – r)

REPEAT

MODIFIED HAND JIVE 3 MORE TIMES. You'll be facing the 3:00 wall

- MINI A Auf 12:00 Uhr drehen und die ersten 32 Counts von Part A
MINI A Die ersten 32 Counts von Part A
PART C Wiederholung MODIFIED HAND JIVE 4 X
PART B Auf 12:00 Uhr drehen und PART B (GO GREASED LIGHTNING)

ENDING

Zur Mitte zusammen gehen und die Arme nach oben strecken (Broadway Pose)

Quelle: www.michaelandmichele.com