



# (Sweat) A La La La La Long

Choreographie: Raymond Sarlemijn, Jonas Dahlgren & Roy Hadisubroto

Beschreibung: 32 count, 4 wall, low intermediate line dance  
Musik: (Sweat) A La La La La Long von Inner Circle  
Hinweis: Der Tanz beginnt mit dem Einsatz des Gesangs

## Rock across-side r + l, triple forward, Mambo forward

- 1&2 Rechten Fuß über linken kreuzen, linken Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuß und Schritt nach rechts mit rechts
- 3&4 Linken Fuß über rechten kreuzen, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß und Schritt nach links mit links
- 5&6 Schritt nach vorn mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und Schritt nach vorn mit rechts
- 7&8 Schritt nach vorn mit links, rechten Fuß etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuß und Schritt nach hinten mit links

## Run back 3, scissor step, 1/2 paddle turn l-cross

- 1&2 3 kleine Schritte nach hinten (r - l - r)
- 3&4 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und linken Fuß über rechten kreuzen
- 5& 1/3 Drehung links herum, Schritt nach rechts mit rechts und Gewicht zurück auf den linken Fuß
- 6&7& '5&' 2x wiederholen (6 Uhr)
- 8 Rechten Fuß über linken kreuzen

## Scissor step, 1/4 turn l-1/4 turn l-cross, out-out-out, toes-heels-toes swivels

- 1&2 Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen und linken Fuß über rechten kreuzen
- 3&4 1/4 Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts - 1/4 Drehung links herum, Schritt nach links mit links und rechten Fuß über linken kreuzen (12 Uhr)
- 5&6 Kleinen Schritt nach links mit links - Kleinen Schritt nach rechts mit rechts und nach links mit links
- 7&8 Beide Fußspitzen, Hacken und wieder Fußspitzen nach innen drehen (Gewicht am Ende links)

## Locking triple forward r + l, 3/4 walk around turn r

- 1&2 Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts - Linken Fuß hinter rechten einkreuzen und Schritt nach schräg rechts vorn mit rechts
- 3&4 Schritt nach schräg links vorn mit links - Rechten Fuß hinter linken einkreuzen und Schritt nach schräg links vorn mit links
- 5-8 4 Schritte nach vorn auf einem 3/4 Kreis rechts herum (r - l - r - l) (9 Uhr)

## Wiederholung bis zum Ende