

# Rock´n Fifty

Beskrivning: 1-väggs, 64 takter, Intermediate/advanced  
Koreograf: Fanfan  
Musik: ”Rama Lama Ding Dong” –Hermes House Band  
Översatt av: Mia Göransson

A – B - A (upp till 24) tag 1 – CA – B - Tag 2 A - B

## A Hands

- 1& Vä handflata över hö o tillbaka x 2
- 2& Hö handflata över vä o tillbaka x 2
- 3& Vä knytnäve på hö knytnäve x 2
- 4& Hö knytnäve på vä knytnäve x 2
- 5& Klappa med händerna på låren x 2
- 6& Klappa händerna mot varandra x 2
- 7& Klappa med händerna på låren x 2
- &8 Tummarna över axlarna x 2

## A Shuffle, step turn, shuffle, step turn

- 1&2 Steg m hö fram, vä bakom hö, steg m hö fram
- 3-4 Steg m vä fram, vrid  $\frac{1}{2}$  åt hö
- 5&6 Steg m vä fram, hö bakom vä, steg m vä fram
- 7-8 Steg m hö fram, vrid  $\frac{1}{2}$  åt vä

## A Shufflelock diag x 4 (*Skjut från höften med händerna*)

- 1&2 Steg m hö diagonalt fram, lås vä bakom hö, steg m hö (små steg)
- 3&4 Steg m vä diagonalt fram, lås hö bakom vä, steg m vä (små steg)
- 5&6 Steg m hö diagonalt fram, lås vä bakom hö, steg m hö (små steg)
- 7&8 Steg m vä diagonalt fram, lås hö bakom vä, steg m vä (små steg)

## A Travelling turn R, travelling turn L (*full turn vine w touch and clap R & L*)

- 1-2 Vrid  $\frac{1}{4}$  åt hö vid steg fram på hö, vrid  $\frac{1}{4}$  åt hö vid steg m vä åt vä
- 3-4 Vrid  $\frac{1}{2}$  åt hö vid steg hö åt hö, markera vä intill hö o klappa
- 5-6 Vrid  $\frac{1}{4}$  åt vä vid steg fram på vä, vrid  $\frac{1}{4}$  åt vä vid steg m hö åt hö
- 7-8 Vrid  $\frac{1}{2}$  åt vä vid steg vä åt vä, markera hö intill vä o klappa

## B Shuffle back x 2, cross rock x 3

- 1&2 Steg hö bak, vä intill hö, steg hö bak
- 3&4 Steg vä bak, hö intill vä, steg vä bak
- 5& Steg hö över vä, gunga tillbaka
- 6& Steg hö till hö, gunga tillbaka
- 7& Steg hö över vä, gunga tillbaka
- 8 Steg hö intill vä

## B Applejack, hitch, step, lock, step, kneeslap

- 1& Med vikten på vä häl o hö tå vrid hö häl mot vä insteg o vä tå utåt, tillbaka
- 2& Med vikten på hö häl o vä tå vrid vä häl mot hö insteg o hö tå utåt, tillbaka
- 3& Med vikten på vä häl o hö tå vrid hö häl mot vä insteg o vä tå utåt, tillbaka
- 4 Lyft hö knä
- 5&6 Steg hö fram, vä bakom hö, steg hö fram
- &7 Klappa vä knä m hö hand, steg vä fram
- &8 Klappa hö knä m vä hand, steg hö fram
- & Klappa vä knä m hö hand

## B Triple, step turn, step, point, step, point

- 1&2 Steg fram m vä, hö intill vä, steg fram m vä
- 3-4 Steg hö fram, vrid  $\frac{1}{2}$  åt vä
- 5-6 Steg hö fram, peka vä tå åt vä, klicka m fingrarna
- 7-8 Steg vä fram, peka hö tå åt hö, klicka m fingrarna

- B Step, point, cross, turn, step, together x 2**  
1-2 Steg hö fram, peka vä tå åt vä, klicka m fingrarna  
3-4 Korska vä bakom hö, vrid ½ åt vä  
&5 Steg fram m hö, vä intill hö  
&6 Steg bakåt m hö, vä intill hö  
&7 Peka med knäna ut och ihop  
&8 Peka med knäna ut och ihop

**C Toe strut backw, snap x 4 ( här står att man ska använda trampdynan)**

- 1-2 Steg hö trampdyna bak, sätt ner hälen och klicka m vä  
3-4 Steg vä trampdyna bak, sätt ner hälen och klicka m hö  
5-6 Steg hö trampdyna bak, sätt ner hälen och klicka m vä  
7-8 Steg vä trampdyna bak, sätt ner hälen och klicka m hö

**C Chasse R, rock step back, chasse L, rock step back**

- 1&2 Steg hö åt hö, vä intill hö, hö till hö  
3-4 Rocka vä bak, gunga tillbaka  
5&6 Steg vä åt vä, hö intill vä, vä till vä  
7-8 Rocka hö bak, gunga tillbaka

**C Step, kick x 3, hold**

- 1-2 Steg hö åt hö, sparka vä över hö  
3-4 Steg vä åt vä, sparka hö över vä  
5-6 Steg hö åt hö, sparka vä över hö  
7-8 Steg vä åt vä, håll

**C Knee pops**

- 1-2 Vrid hö knä åt hö  
3-4 Vrid vä knä åt vä  
5-8 Peka hö finger framåt – åt hö i 4 takter samtidigt som höfterna gungar

**Tag 1 Monterey turn x 2, hold, hands by the head**

- 1-2 Markera hö åt hö, vrid ½ bakåt hö, markera hö intill vä  
3-4 Markera vä åt vä, vä intill hö  
5-6 Markera hö åt hö, vrid ½ bakåt hö, markera hö intill vä  
7-8 Markera vä åt vä, vä intill hö  
9 Håll (håll händerna intill huvudet hela tiden som om du rufsar/slätar till håret)

**Tag 2 Monterey turn x 2, tap heel x 3**

- 1-2 Markera hö åt hö, vrid ½ bakåt hö, markera hö intill vä  
3-4 Markera vä åt vä, vä intill hö  
5-6 Markera hö åt hö, vrid ½ bakåt hö, markera hö intill vä  
7-8 Markera vä åt vä, vä intill hö  
9-11 Sätt hö häla i golvet 3 ggr

**Repetera**