

## Mountains To The Sea

Choreographie: **Maggie Gallagher**  
Beschreibung: 64 Schläge, 4 Wände  
Lernstufe: Anfänger  
Musiktyp: **Mountains To The Sea**  
Interpret: **Mary Black feat. Imelda May**  
Tempo: 112 BPM  
Tanzbeginn: nach 16 Schlägen auf **Working**  
Seite: **1 von 2** (www.countrybell.de)



### ROCKING CHAIR, ROCK STEP, BACK SHUFFLE

- 1 mit rechtem Fuß Schritt vorwärts, dabei linken Fuß leicht anheben
- 2 linken Fuß belasten, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 3 mit rechtem Fuß Schritt rückwärts, dabei linken Fuß leicht anheben
- 4 linken Fuß belasten, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 5 mit rechtem Fuß Schritt vorwärts, dabei linken Fuß leicht anheben
- 6 linken Fuß belasten, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 7 & mit rechtem Fuß Schritt rückwärts, linke Ferse an der Innenseite des rechten Fußes belasten
- 8 mit rechtem Fuß Schritt rückwärts

### REVERSE ROCKING CHAIR, BACK ROCK, SHUFFLE

- 1 mit linkem Fuß Schritt rückwärts, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 2 rechten Fuß belasten, dabei linken Fuß leicht anheben
- 3 mit linkem Fuß Schritt vorwärts, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 4 rechten Fuß belasten, dabei linken Fuß leicht anheben
- 5 mit linkem Fuß Schritt rückwärts, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 6 rechten Fuß belasten, dabei linken Fuß leicht anheben
- 7 & mit linkem Fuß Schritt vorwärts, rechten Fuß mit der Innenseite an linker Ferse belasten
- 8 mit linkem Fuß Schritt vorwärts

**(RESTART: Im 5. Durchgang - Tanz von vorn beginnen - Blickrichtung 12 Uhr)**

### SIDE ROCK, CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK, CROSS SHUFFLE

- 1 mit rechtem Fuß Schritt seitwärts, dabei linken Fuß leicht anheben
- 2 linken Fuß belasten, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 4 & rechten Fuß vor linkem Bein gekreuzt belasten, linke Fußspitze hinter rechter Ferse belasten
- 5 rechten Fuß vor linkem Bein gekreuzt belasten
- 5 mit linkem Fuß Schritt seitwärts, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 6 rechten Fuß belasten, dabei linken Fuß leicht anheben
- 7 & linken Fuß vor rechtem Bein gekreuzt belasten, rechte Fußspitze hinter linker Ferse belasten
- 8 linken Fuß vor rechtem Bein gekreuzt belasten

### SIDE, TOUCH *tog*, SIDE, TOUCH *tog*, HEEL, HEEL SWITCH, HEEL SWITCH, HOLD

- 1 - 2 mit rechtem Fuß Schritt seitwärts, linken Fußballen neben rechtem Fuß auftippen
- 3 - 4 mit linkem Fuß Schritt seitwärts, rechten Fußballen neben linkem Fuß auftippen
- 5 rechte Ferse nach vorn auftippen
- & 6 rechten Fuß neben linkem Fuß belasten, linke Ferse nach vorn auftippen
- & 7 linken Fuß neben rechtem Fuß belasten, rechte Ferse nach vorn auftippen
- 8 Position halten

### SIDE, TOUCH *tog*, SIDE, TOUCH *tog*, HEEL, HEEL SWITCH, HEEL SWITCH, HOLD

- 1 - 2 mit rechtem Fuß Schritt seitwärts, linken Fußballen neben rechtem Fuß auftippen
- 3 - 4 mit linkem Fuß Schritt seitwärts, rechten Fußballen neben linkem Fuß auftippen
- 5 rechte Ferse nach vorn auftippen
- & 6 rechten Fuß neben linkem Fuß belasten, linke Ferse nach vorn auftippen
- & 7 linken Fuß neben rechtem Fuß belasten, rechte Ferse nach vorn auftippen
- 8 Position halten

## Mountains To The Sea

Choreographie: **Maggie Gallagher**  
Beschreibung: 64 Schläge, 2 Wände  
Lernstufe: Anfänger  
Musiktyp: **Mountains To The Sea**  
Interpret: **Mary Black feat. Imelda May**  
Tempo: 112 BPM  
Tanzbeginn: nach 16 Schlägen auf **Working**  
Seite: **2 von 2** ([www.countrybell.de](http://www.countrybell.de))



### JAZZ BOX ¼ TURN, STEP, JAZZ BOX ¼ TURN, CROSS

- 1 rechten Fuß vor linkem Bein gekreuzt belasten
- 2 mit linkem Fuß Schritt rückwärts, dabei ¼ Drehung nach rechts ausführen
- 3 - 4 mit rechtem Fuß Schritt seitwärts, mit rechtem Fuß Schritt vorwärts
- 5 rechten Fuß vor linkem Bein gekreuzt belasten
- 6 mit linkem Fuß Schritt rückwärts, dabei ¼ Drehung nach rechts ausführen
- 7 - 8 mit rechtem Fuß Schritt seitwärts, linken Fuß vor rechtem Bein gekreuzt belasten

### VINE, CROSS, CHASSÉ, BACK ROCK

- 1 - 2 mit rechtem Fuß Schritt seitwärts, linken Fuß hinter rechtem Bein gekreuzt belasten
- 3 - 4 mit rechtem Fuß Schritt seitwärts, linken Fuß vor rechtem Bein gekreuzt belasten
- 5 & mit rechtem Fuß Schritt seitwärts, linken Fuß neben rechtem Fuß belasten
- 6 mit rechtem Fuß Schritt seitwärts
- 7 mit linkem Fuß Schritt rückwärts, dabei rechten Fuß leicht anheben
- 8 rechten Fuß belasten, dabei linken Fuß leicht anheben

### VINE, CROSS, CHASSÉ, BACK ROCK

- 1 - 2 mit linkem Fuß Schritt seitwärts, rechten Fuß hinter linkem Bein gekreuzt belasten
- 3 - 4 mit linkem Fuß Schritt seitwärts, rechten Fuß vor linkem Bein gekreuzt belasten
- 5 & mit linkem Fuß Schritt seitwärts, rechten Fuß neben linkem Fuß belasten
- 6 mit linkem Fuß Schritt seitwärts
- 7 mit rechtem Fuß Schritt rückwärts, dabei linken Fuß leicht anheben
- 8 linken Fuß belasten, dabei rechten Fuß leicht anheben

### WIEDERHOLEN