

Mess Around

48 count / 2-wall
Beginner, Intermediate

Choreographie:

Paul McAdam

01/2009

Musik:

A Rockin' Good Way -130 bpm-

Dinah Washington &
Brook Benton

[Video 1](#)

[Video 2](#)

[Video 3](#)

Intro: 16 Counts. Beginne mit dem Gesang

SIDE TOGETHER, SIDE SHUFFLE, CROSS ROCK, ¼ SHUFFLE

- 1, 2 LF Schritt nach links und RF neben LF absetzen
- 3 + 4 LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach links
- 5, 6 RF vor dem LF kreuzen (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 7 + 8 ¼ Rechtsdrehung & RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts

STEP TURN ½ LEFT SHUFFLE, STEP ½ TURN, STEP ¼ TURN

- 1, 2 LF Schritt vorwärts und ½ Rechtsdrehung auf den Fußballen (Gewicht RF)
- 3 + 4 LF Schritt vorwärts, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts
- 5, 6 RF Schritt vorwärts und ½ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 7, 8 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)

CROSS ROCK SIDE SHUFFLE TWICE

- 1, 2 RF vor dem LF kreuzen (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 3 + 4 RF Schritt nach rechts, LF neben RF absetzen, RF Schritt nach rechts
- 5, 6 LF vor dem RF kreuzen (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 7 + 8 LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach links

JAZZ BOX ¼ TURN, KICK-BALL-CHANGE, 2 WALKS

- 1, 2 RF vor dem LF kreuzen und LF Schritt zurück
- 3, 4 ¼ Rechtsdrehung auf LF & RF Schritt nach rechts und LF Schritt vorwärts
- 5 + 6 RF nach vorne kicken, rechten Fußballen neben LF absetzen, LF Schritt am Platz
- 7, 8 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts

MONTEREY TURN, SIDE ROCK ¼ TURN, SHUFFLE FORWARD

- 1, 2 Rechte Fußspitze rechts auftippen und ½ Rechtsdrehung auf LF & RF zum LF heransetzen
- 3, 4 Linke Fußspitze links auftippen und LF neben RF absetzen
- 5, 6 RF Schritt nach rechts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF mit ¼ Linksdrehung
- 7 + 8 RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts

STEP ½ TURN, ½ LEFT SHUFFLE, BACK ROCK, RIGHT SHUFFLE

- 1, 2 LF Schritt vorwärts und ½ Rechtsdrehung auf den Fußballen (Gewicht RF)
- 3 + 4 ½ Rechtsdrehung mit 3 Cha Cha Schritten vorwärts (LF, RF, LF)
- 5, 6 RF Schritt zurück (LF leicht anheben) und Gewicht vor auf LF
- 7 + 8 RF Schritt vorwärts, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts

Tanz beginnt wieder von vorne

16.07.2009