

# Mama & Me

**Musique** Mamas (Anne WILSON & Hilary SCOTT) 80 bpm

**Chorégraphie** Gary O'REILLY (août 2022)

**Vidéos** Tutoriel et Démonstration sur <https://www.youtube.com/c/LillyWEST>

**Type** 2 murs, 32 temps, Two Step, Novice

**Particularités** 3 Tags, 5 fois : TAG 1 (après 1<sup>er</sup> mur), TAG 2 (après 2<sup>e</sup> & 5<sup>e</sup> murs), TAG 3 (après 4<sup>e</sup> & 6<sup>e</sup> murs).

**Termes** **Rock Step** (2 temps) : G : 1. Pas G dans la direction indiquée,

2. Remettre le Poids du Corps (PdC) sur D.

**Triple Step** (2 temps) : G : 1. Pas G dans la direction indiquée (avant, arrière, côté, diagonale...)

&. Ramener D près de G,

2. Pas G dans la même direction qu'au premier pas.

**Sailor Step D + 1/4 tour D** : 1. Croiser D derrière G + 1/8 tour D,

&. 1/8 tour D + Pas G à G,

2. Pas D avant.



## **Section 1 : R Diag., Touch, L Back Diag, Kick, R Behind-Side-Cross, L Side Rock Cross, 1/4 L, 1/4 L, Cross,**

1 & Pas D en diagonale avant D, **Touch G** (Poser plante G près de D), 12:00

2 & Pas en diagonale arrière G, **Kick D** (Coup de pied, assez bas, en diagonale extérieure avant),

3 & 4 **Behind-Side-Cross D** (Croiser D derrière G, Pas G à G, Croiser D devant G),

5 & 6 **Rock Step G** à G (5 &), Croiser G devant D,

7 & 8 1/4 tour G + Pas D arrière, 1/4 tour G + Pas G à G, Croiser D devant G, 09:00 puis 06:00

## **S2 : R Diagonal, Touch, L Back Drag, Kick, R Behind-Side-Cross, R Side Together Back, L Diagonal Triple,**

1 & 2 & Pas G en diagonale avant G, **Touch D**, Pas en diagonale arrière D, **Kick G**,

3 & 4 **Behind-Side-Cross G**,

5 & 6 Pas D à D, Ramener G près de D (+ PdC G), Pas D arrière,

7 & 8 **Triple Step G** en diagonale avant G,

## **S3 : R Cross Rock, Side Rock, R 1/4 R Turning Sailor, L Cross Rock, Side Rock, L 1/4 L Turning Sailor,**

1 & 2 & **Rock Step D** croisé devant G (1 &), **Rock Step D** à D (2 &),

3 & 4 **Sailor Step D + 1/4 tour D**, 09:00

5 & 6 & **Rock Step G** croisé devant D (1 &), **Rock Step G** à G (2 &),

7 & 8 **Sailor Step G + 1/4 tour G**, 06:00

## **S4 : R Mambo 1/2 R, 1/2 R Turning L Step-Lock-Step, R Coaster Step, L Forward Triple.**

1 & 2 **Rock Step D** avant (1 &), 1/2 tour D + Pas D avant, 12:00

3 & 4 1/4 tour D + Pas G à G, Croiser D devant G, 1/4 tour D + Pas G arrière, 03:00 puis 06:00

5 & 6 **Coaster Step D** (Pas D arrière, Ramener G près de D + PdC G, Pas D avant),

7 & 8 **Triple Step G** avant. **Recommencez du début ... et gardez le sourire !!**

**1<sup>e</sup> particularité TAG 1 : Après le 1<sup>er</sup> mur (commencé face à 12:00, donc terminé face à 06:00)**

**TAG 1 : R Forward, Together.** 1 – 2 Pas D avant, Ramener G près de D (+ PdC G).

**2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> particularités TAG 2 : Après 2<sup>e</sup> mur (commencé à 06:00, terminé 12:00), après 5<sup>e</sup> mur (terminé à 06:00)**

**TAG 2 : R Jazz Box x2.** 1–2–3–4 **Jazz Box D** (Croiser D devant G, Pas G arrière, Pas D à D, Pas G avant),  
5–6–7–8 **Jazz Box D.**

**3<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> particularités TAG 3 : Après le 4<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> murs (commencés face à 06:00, donc terminés face à 12:00)**

**TAG 3 : R Jazz Box.** 1–2–3–4 **Jazz Box D.**

**FIN : Sur le 7<sup>e</sup> mur** (commencé face 12:00), dansez jusqu'au compte 2& de la 3<sup>e</sup> Section («Rock Step D à D»). Vous êtes à 06:00. Pour finir à 12:00, remplacez «Sailor Step D + 1/4 tour D» par «Sailor Step D + 1/2 tour D».

Traduit par Lilly WEST, [lilly@lillywest.fr](mailto:lilly@lillywest.fr), en utilisant la terminologie NTA, pour [www.CountryDanceTour.com](http://www.CountryDanceTour.com)