



MAMMA MIA HERE WE GO !

Chorégraphe Michelle & Michael Fong (aout 2018)

Line dance : 168 temps – Phrasée

Niveau : Intermédiaire facile

Musique : Mamma Mia - ABBA (137 BPM)

Traduit et Préparé par Geneviève (février 2019)

Introduction: 32 comptes

Séquence : A, B, A, B, B

PARTIE A: 80 comptes

Section A1: Out-Out-In-In, Fwd, Hold & Back & Back

- 1-2 Pas du PD en diagonale avant D mains D à hauteur des épaules avec les paumes tournées vers le plafond, pas du PG en diagonale avant G mains G à hauteur des épaules avec les paumes tournées vers le plafond ,
- 3-4 Pas du PD au centre main D sur la hanche D, pas du PG à côté du PD main G sur la hanche G,
- 5-6 Pas du PD à l'avant et pointe l'index de la main D à l'avant, pause,
- &7&8 Pas du PG à l'arrière, et lève le genou D, pas du PD à l'arrière, pas du PG à l'arrière et lève le genou D, pas du PD à l'arrière,

Option : sur les comptes &7&8, faire comme si on jouait de la guitare

Section A2: & Fwd rock, ½ R Shuffle, Fwd Rock, ½ L Shuffle

- &1-2 Pas du PG à l'arrière et lève le genou D, pas du PD à l'avant, retour sur le PG,
- 3&4 ¼ tour à D et pas du PD à D, pas du PG à côté du PD, ¼ tour à D et pas du PD à l'avant,
(6h00)
- 5-6 Pas du PG à l'avant, retour sur le PD,
- 7&8 ¼ tour à G et pas du PG à G, pas du PD à côté du PG, ¼ tour à G et pas du PG à l'avant,
(12h00)

Section A3: Out-Out-In-In, Fwd, Hold & Back & Back

- 1-2 Pas du PD en diagonale avant D mains D à hauteur des épaules avec les paumes tournées vers le plafond, pas du PG en diagonale avant G mains G à hauteur des épaules avec les paumes tournées vers le plafond ,
- 3-4 Pas du PD au centre main D sur la hanche D, pas du PG à côté du PD main G sur la hanche G,
- 5-6 Pas du PD à l'avant et met la main en avant paume vers l'avant, pause,
- &7&8 Pas du PG à l'arrière, et lève le genou D, pas du PD à l'arrière, pas du PG à l'arrière et lève le genou D, pas du PD à l'arrière,

Option : sur les comptes &7&8, faire comme si on jouait de la guitare

Section A4: & Fwd rock, ½ R Shuffle, Fwd Rock, ½ L Shuffle

- &1-2 Pas du PG à l'arrière et lève le genou D, pas du PD à l'avant, retour sur le PG,
- 3&4 ¼ tour à D et pas du PD à D, pas du PG à côté du PD, ¼ tour à D et pas du PD à l'avant, (6h00)
- 5-6 Pas du PG à l'avant, retour sur le PD,
- 7&8 ¼ tour à G et pas du PG à G, pas du PD à côté du PG, ¼ tour à G et pas du PG à l'avant, (12h00)

Section A5: Side, Drag Shimmy, Tog, Hold, Side, Drag Shimmy, Tog, Hold

- 1-2 Grand pas du PD à D jambes pliées, glisse le PG vers le PD tout bougeant les épaules alternativement de l'avant vers l'arrière,
- 3-4 Pas du PG à côté du PD, pause, (frappe dans les mains sur les comptes 7-8)
- 5-6 Grand pas du PD à D jambes pliées, glisse le PG vers le PD tout bougeant les épaules alternativement de l'avant vers l'arrière,
- 7&8 Pas du PG à côté du PD, pause, (frappe dans les mains sur les comptes 7-8)

Section A6: Side, Behind, Side, Scuff, Side, Click, Behind Click

- 1-2 Pas du PG à G, pas du PD croisé derrière le PG,
- 3-4 Pas du PG à G, frotte le talon du PD à côté du PG,
- 5-6 Pas du PD à D, clique des doigts à hauteur des épaules et à l'avant,
- 7-8 pas du PG croisé derrière le PD et clique des doigts en bas et à l'arrière,

Section A7: Side, Click, Cross, Click, Rocking Chair

- 1-2 Pas du PD à D, clique des doigts à hauteur des épaules et à l'avant,
- 3-4 pas du PG croisé devant le PD et clique des doigts en bas et à l'arrière,
- 5-6 Pas du PD à l'avant, retour sur le PG,
- 7-8 Pas du PD à l'arrière, retour sur le PG,

Section A8: Fwd, ½ L Pivot, Fwd, ½ L Pivot, Side Heels Bounce Side Heels Bounce

- 1-2 Pas du PD à l'avant, pivot ½ tour à G, **(6h00)**
- 3-4 Pas du PD à l'avant, pivot ½ tour à G, **(12h00)**
- 5-8 Pas du PD à D, lève les talons 4 fois,

Section A9: Cross Rock, Side Shuffle, Cross Rock, Side Shuffle

- 1-2 Pas du PD croisé devant le PG, retour sur le PG,
- 3&4 Pas du PD à D, pas du PG à côté du PD, pas du PD à D,
- 5-6 Pas PG croisé devant le PD, retour sur le PD,
- 7&8 Pas du PG à G, pas du PD à côté du PG, pas du PG à G,

Section A10: Point Cross-Side, ¼ R Sailor R, Point Cross-Side, ¼ L Sailor L

- 1-2 Touche la pointe du PD croisé devant le PG, touche la pointe du PD à D,
- 3&4 Pas du PD croisé derrière le PG, ¼ tour à D et pas du PG à D, pas du PD à D, **(3h00)**
- 5-6 Touche la pointe du PG croisé devant le PD, touche la pointe du PG à G,
- 7&8 Pas du PG croisé derrière le PD, ¼ tour à G et pas du PD à D, pas du PG à G,

PARTIE B : 88 comptes

Section B1: ¼ L Side Toe Strut, Cross Toe Strut, Side Toe Strut, Cross Toe Strut,

- 1-2 ¼ tour à G et pose la pointe du PD à D, pose le talon du PD au sol, **(9h00)**
- 3-4 Pose la pointe du PG croisé devant le PD, pose le talon du PG au sol,
- 5-6 Pose la pointe du PD à D, pose le talon du PD au sol,
- 7-8 Pose la pointe du PG croisé devant le PD, pose le talon du PG au sol,

Section B2: Sway R-L-R, Clap, ¼ L, Cross, ½ Unwind, Hands Touch Chest, Flip Hands Out

- 1-2 Bascule le haut du corps vers la D, bascule le haut du corps vers la G,
- 3-4 Bascule le haut du corps vers la D, pause et frappe dans les mains,
- 5-6 ¼ tour à G et pas du PD à l'avant, pas du PG croisé devant le PG, **(6h00)**
- 7-8 Déroule ½ tour à G mains sur la poitrine et ouvrir les mains, **(12h00)**

Section B3: ¼ L Side Toe Strut, Cross Toe Strut, Side Toe Strut, Cross Toe Strut,

- 1-2 ¼ tour à D et pose la pointe du PG à G, pose le talon du PG au sol, **(3h00)**
- 3-4 Pose la pointe du PD croisé devant le PG, pose le talon du PD au sol,
- 5-6 Pose la pointe du PG à G, pose le talon du PG au sol,
- 7-8 Pose la pointe du PD croisé devant le PG, pose le talon du PD au sol,

Section B4: Sway R-L-R, Clap, ¼ L, Cross, ½ Unwind, Hands Touch Chest, Flip Hands Out

- 1-2 Bascule le haut du corps vers la G, bascule le haut du corps vers la D,
- 3-4 Bascule le haut du corps vers la G, pause et frappe dans les mains,
- 5-6 ¼ tour à D et pas du PG à l'avant, pas du PD croisé devant le PG, **(6h00)**
- 7-8 Déroule ½ tour à D mains sur la poitrine et ouvrir les mains, **(12h00)**

Section B5: Out-Out, Cross R Hand Over, Over, Under, Under, Over, Under, Over, Under

- &1 Pas du PD à D, pas du PG à G et croise la main D au dessus de la main G paumes ouvertes,
- 2-3-4 Croise la main D au dessus de la main G, croise la main D dessous la main G, croise la main D dessous la main G,
- 5-6 Croise la main D au dessus de la main G, croise la main D dessous la main G,
- 7-8 Croise la main D au dessus de la main G, croise la main D dessous la main G,

Section B6: L Rolling Vine & Claps, R Rolling Vine & Claps

- 1-2 ¼ tour à G et pas du PG à l'avant, ½ tour à G et pas du PD à l'arrière,
- 3-4 ¼ tour à G et pas du PG à G, tape la pointe du PD à côté du PG et frappe dans les mains,
- 5-6 ¼ tour à D et pas du PD à l'avant, ½ tour à D et pas du PG à l'arrière,
- 7-8 ¼ tour à D et pas du PD à D, tape la pointe du PG à côté du PD et frappe dans les Mains,

Section B7: Reprendre la section A6

Section B8: Reprendre la section A7

Section B9: Reprendre la section A8

Section B10: Reprendre la section A9

Section B11: Reprendre la section A10

Fin de la danse : A la fin de la dernière partie B, répéter les 16 derniers comptes de la partie B (sections B10 & B11).

DANSEZ AVEC PLAISIR !!!!!