

## The Morning After

Choreographie: Gary O'Reilly & Maggie Gallagher (November 2022)

**Beschreibung:** 16 Count, 4 Wall, Absolute Beginner Line Dance  
**Musik:** **The Morning After** von Nathan Carter, BPM: 182  
**Hinweis:** Der Tanz beginnt nach 32 Taktschlägen

### 1) 1-8 Heel Strut right + left-Mambo Forward right, Toe Strut Back left + right-Coaster Step left

- 1& Rechter Fuss Schritt nach vorn, nur die Ferse aufsetzen, und rechte Fussspitze absenken
- 2& Linker Fuss Schritt nach vorn, nur die Ferse aufsetzen, und linke Fussspitze absenken
- 3&4 Rechter Fuss Schritt nach vorn - Gewicht zurück auf den linken Fuss und rechter Fuss Schritt nach hinten
- 5& Linker Fuss Schritt nach hinten, nur die Fussspitze aufsetzen, und linke Ferse absenken
- 6& Rechter Fuss Schritt nach hinten, nur die Fussspitze aufsetzen, und rechte Ferse absenken
- 7&8 Linker Fuss Schritt nach hinten - Rechten Fuss an linken heransetzen und linker Fuss kleinen Schritt nach vorn

### 2) 9-16 Jazz Box Turning ¼ right, Heels-Toes-Heels Swivels to left-Clap I, Heels-Toes-Heels Swivels to right-Clap

- 1-2 Rechten Fuss über linken kreuzen - Linker Fuss Schritt nach hinten
  - 3-4 ¼ Drehung rechts herum und rechter Fuss Schritt nach rechts - Linken Fuss an rechten heransetzen (3 Uhr)
  - 5&6& Beide Fersen, Fussspitzen und wieder Fersen nach links drehen und klatschen
  - 7&8& Beide Fersen, Fussspitzen und wieder Fersen nach rechts drehen und klatschen (Gewicht am Ende links)
- (**Ende/Ending:** In der 13. Runde, Richtung 3 Uhr - hier abbrechen;  
zum Schluss 'Rechten Arm mehrfach nach oben und herum schwingen: Luftgitarre; dabei nach vorn drehen' - 12 Uhr)

### Wiederholung bis zum Ende