



THE MORNING AFTER

Choreographer: Gary O'Reilly (IRE) & Maggie Gallagher (UK)

16 counts / 4 Wall / Beginner

Music: **The Morning After** – Nathan Carter 182 bpm

HEEL STRUT, HEEL STRUT, FORWARD ROCK, BACK, TOE STRUT, TOE STRUT, COASTER STEP

1&2& RF Ferse vorwärts tippen, RF belasten, LF Ferse vorwärts tippen, LF belasten

3 & 4 RF kleiner Schritt vorwärts, LF belasten, RF kleiner Schritt rückwärts

5&6& LF Zehen rückwärts tippen, LF belasten, RF Zehen rückwärts tippen, RF belasten

7 & 8 LF kleiner Schritt rückwärts, RF neben LF abstellen, LF kleiner Schritt vorwärts

(Easy Option 7& 8 kann auch als Triple Step am Platz getanzt werden)

JAZZ TRIANGLE ¼ R, SWIVEL LEFT, CLAP, SWIVEL RIGHT, CLAP

1 – 2 RF vor LF kreuzen, LF kleiner Schritt rückwärts

3 – 4 ¼ Rechtsdrehung & RF kleiner Schritt rechts, LF neben RF abstellen

5&6& Fersen nach links, Zehen nach links, Fersen nach links, klatschen

7&8& Fersen nach rechts, Zehen nach rechts, Fersen nach rechts, klatschen