

# Jump On It

Phrased ABC 16/16/32 1 Wall Fun-Linedance

Jump On It / Apache by Sugar Hill Gang

Beginn nach 25 sek. Intro AAAA – BCB – AAAA – BCC - BCC – AAAA – BCCB – AAAA - BBAAA

## Teil A

### 1 – 8 Hip Bumps

Hüfte nach links, hold  
Hüfte nach hinten, nach rechts, nach vorn, hold  
Hüfte nach links, nach hinten

Dabei Hände einstützen.

### &9 – 16 Jumps – Turn (Horse Riding)

Sprung, dabei  $\frac{1}{4}$  Turn links - Landung immer erst auf rechtem Bein dann linkem Bein  
Wiederhole &9 7x (= 2 ganze Drehungen am Platz)

Während dieser 8 Counts halte die linke Hand nach vorne (als wenn Du die Zügel eines Pferdes halten würdest) und mit der rechten Hand schwingst Du über Deinem Kopf das Lasso.

## Teil B

### 1 – 8 Walk Forward – Hops Back

mit rechts einen kleinen Schritt vor  
mit links einen kleinen Schritt vor  
mit rechts einen kleinen Schritt vor  
mit links einen kleinen Schritt vor  
kleiner Schritt mit rechts zurück (&), links an rechts stellen  
kleiner Schritt mit rechts zurück (&), links an rechts stellen  
kleiner Schritt mit rechts zurück (&), links an rechts stellen  
kleiner Schritt mit rechts zurück (&), links an rechts stellen

Bei den Schritten 5 – 8 mit der linken Hand die „Zügel“ halten und mit der rechten Hand das „Pferd“ antreiben.

### 9 – 16 Walk Forward – Hops Back

mit rechts einen kleinen Schritt vor  
mit links einen kleinen Schritt vor  
mit rechts einen kleinen Schritt vor  
mit links einen kleinen Schritt vor  
kleiner Schritt mit rechts zurück (&), links an rechts stellen  
kleiner Schritt mit rechts zurück (&), links an rechts stellen  
kleiner Schritt mit rechts zurück (&), links an rechts stellen  
kleiner Schritt mit rechts zurück (&), links an rechts stellen

Bei den Schritten 13 – 16 mit der linken Hand die „Zügel“ halten und mit der rechten Hand das „Pferd“ antreiben.

## Teil C

### **1 - 8 Side Together – Side By Side**

mit rechts einen kleinen Schritt nach rechts, mit links an rechts heran  
mit rechts einen kleinen Schritt nach rechts, mit links an rechts heran (&)  
mit rechts einen kleinen Schritt nach rechts  
mit links einen kleinen Schritt nach links, mit rechts an links heran  
mit links einen kleinen Schritt nach links, mit rechts an links heran (&)  
mit links einen kleinen Schritt nach links

### **9 - 16 Forward Together – Shuffle – Back Together – Shuffle**

mit rechts einen kleinen Schritt vor, mit links an rechts heran  
mit rechts einen kleinen Schritt vor, mit links an rechts heran (&)  
mit rechts einen kleinen Schritt vor  
mit links einen kleinen Schritt zurück, mit rechts an links heran  
mit links einen kleinen Schritt zurück, mit rechts an links heran (&)  
mit links einen kleinen Schritt zurück

### **17 - 24 Syncopated Cross Rocks**

mit rechts einen kleinen Schritt nach rechts, mit links einen kleinen Schritt nach links (&)  
mit rechts einen kleinen Schritt nach links, dabei vorne kreuzen  
mit links einen kleinen Schritt nach links, mit rechts einen kleinen Schritt nach rechts (&)  
mit links einen kleinen Schritt nach rechts, dabei vorne kreuzen  
mit rechts einen kleinen Schritt nach rechts, mit links einen kleinen Schritt nach links (&)  
mit rechts einen kleinen Schritt nach links, dabei vorne kreuzen  
mit links einen kleinen Schritt nach links, mit rechts einen kleinen Schritt nach rechts (&)  
mit links einen kleinen Schritt nach rechts, dabei vorne kreuzen

### **25 - 32 Fullturn Forward – Back - Jumps**

mit rechts einen kleinen Schritt vor, dabei  $\frac{1}{4}$  Drehung nach rechts (3.00)  
mit links einen kleinen Schritt zurück, dabei  $\frac{1}{4}$  Drehung nach rechts (6.00)  
mit rechts einen kleinen Schritt zurück, dabei  $\frac{1}{4}$  Drehung nach rechts (9.00)  
mit links einen kleinen Schritt vor, dabei  $\frac{1}{4}$  Drehung nach rechts (12.00)  
mit rechts einen kleinen Schritt zurück  
mit links an rechts heran  
3x vorwärtsspringen auf beiden Beinen (7&8) die Belastung sollte am Schluss auf links sein.