

## Mountains to the sea

Type: 64 Counts / 2 Wall  
 Level: Beginner high  
 Music: Mountains to the Sea (ft. Imelda May) von Mary Black  
 Choreograph: Maggie Gallagher

**Hinweis:** Der Tanz beginnt nach 8 Taktschlägen

### Rock forward, rock back, rock forward, shuffle back

1-2 Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuss  
 3-4 Schritt nach hinten mit rechts, linken Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuss  
 5-6 Schritt nach vorn mit rechts, linken Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuss  
 7&8 Schritt nach hinten mit rechts - Linken Fuss an rechten heransetzen und Schritt nach hinten mit rechts

### Rock back, rock forward, rock back, shuffle forward

1-2 Schritt nach hinten mit links, rechten Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuss  
 3-4 Schritt nach vorn mit links, rechten Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuss  
 5-6 Schritt nach hinten mit links, rechten Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuss  
 7&8 Schritt nach vorn mit links - Rechten Fuss an linken heransetzen und Schritt nach vorn mit links

(Restart: In der 5. Runde - Richtung 12 Uhr - hier abbrechen und von vorn beginnen)

### Rock side, shuffle across r + l

1-2 Schritt nach rechts mit rechts, linken Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den linken Fuss  
 3&4 Rechten Fuss weit über linken kreuzen - Linken Fuss etwas an rechten heranziehen und rechten Fuss weit über linken kreuzen  
 5-6 Schritt nach links mit links, rechten Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuss  
 7&8 Linken Fuss weit über rechten kreuzen - Rechten Fuss etwas an linken heranziehen und linken Fuss weit über rechten kreuzen

### Side, touch r + l, heel & heel & heel, hold

1-2 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuss neben rechtem auftippen  
 3-4 Schritt nach links mit links - Rechten Fuss neben linkem auftippen  
 5&6 Rechte Hacke vorn auftippen - Rechten Fuss an linken heransetzen und linke Hacke vorn auftippen  
 &7-8 Linken Fuss an rechten heransetzen und rechte Hacke vorn auftippen - Halten

### Side, touch r + l, heel & heel & heel, hold

1-8 Wie Schrittfolge zuvor

### Jazz box turning $\frac{1}{4}$ r, jazz box turning $\frac{1}{4}$ r with cross

1-2 Rechten Fuss über linken kreuzen -  $\frac{1}{4}$  Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links (3 Uhr)  
 3-4 Schritt nach rechts mit rechts - Schritt nach vorn mit links  
 5-6 Rechten Fuss über linken kreuzen -  $\frac{1}{4}$  Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links (6 Uhr)  
 7-8 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuss über rechten kreuzen

### Side, behind, side, cross, chassé r, rock back

1-2 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuss hinter rechten kreuzen  
 3-4 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuss über rechten kreuzen  
 5&6 Schritt nach rechts mit rechts - Linken Fuss an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts  
 7-8 Schritt nach hinten mit links, rechten Fuss etwas anheben - Gewicht zurück auf den rechten Fuss

### Side, behind, side, cross, chassé l, rock back

1-8 Wie Schrittfolge zuvor, aber spiegelbildlich mit links beginnend