



Bump 'N' Grind

Counts 48 count / 2-wall / **Beginner, Intermediate,**

Choreographie: **Jo Thompson & Jamie Davis**

Musik: **Bump-N-Grind by Ronnie Beard**

Musik Suggestion

Point r, together 2x, vine r

- 1 Rechte Fußspitze rechts auftippen, Hüften nach rechts schwingen
- 2 RF neben LF auftippen, Hüften zurück schwingen
- 3-4 Rechte Fußspitze rechts auftippen, Hüften nach rechts schwingen RF neben LF auftippen, Hüften zurück schwingen
- 5 6 RF Schritt nach rechts LF hinter dem RF kreuzen
- 7 8 RF Schritt nach rechts LF neben RF auftippen

Hip circle I 2x,

- 1 LF links auftippen, Hüften nach vorn und nach links kreisen lassen
- 2 Hüften nach hinten und nach rechts kreisen lassen
- 3 Hüften nach vorn und nach links kreisen lassen
- 4 Hüften nach hinten und nach rechts kreisen lassen

Vine I with ¼ turn I

- 5 LF Schritt nach links
- 6 RF hinter dem LF kreuzen
- 7 ¼ Linksdrehung auf dem rechten Ballen und LF Schritt nach vorn
- 8 RF neben LF auftippen

Hip bumps forward,

- 1+2 RF Schritt nach schräg rechts vorn, Hüften nach rechts, links und rechts schwingen
- 3+4 Hüften links, rechts und links schwingen, dabei Gewicht zurück auf den LF

Back, back, forward

- 5+6 RF Schritt nach schräg rechts hinten, Hüften nach rechts, links und rechts schwingen
- 7+8 Hüften links, rechts und links schwingen, dabei Gewicht zurück auf den LF

¼ turns I 4x

- 1 2 RF Schritt nach vorn
- 3 4 ¼ Linksdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem LF
RF Schritt nach vorn ¼ Linksdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem LF
(Option: Hüften bei jeder Drehung links herum kreisen lassen)
- 5 6 RF Schritt nach vorn ¼ Linksdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem LF
- 7 8 RF Schritt nach vorn ¼ Linksdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem LF (insgesamt eine volle Drehung)
(Option: Hüften bei jeder Drehung links herum kreisen lassen)

Shuffle side, rock back r

- 1+2 Cha Cha nach rechts (r - l - r)
- 3 4 LF Schritt zurück, RF etwas anheben Gewicht zurück auf den RF

Shuffle side, rock back l

- 5+6 Cha Cha nach links (l - r - l)
- 7 8 RF Schritt zurück; LF etwas anheben Gewicht zurück auf den LF

Kick-ball-change 2x, step, hold, ¼ turn l, hold

- 1 +2 RF nach vorn kicken RF an LF heran und Gewicht auf den LF verlagern
- 3+4 RF nach vorn kicken RF an LF heran und Gewicht auf den LF verlagern
- 5 6 Schritt nach vorn mit rechts Halten
- 7 8 ¼ Linksdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem LF dabei RF ranziehen an LF
(Option: Hüften nach vorn stoßen, Fäuste nach unten und nach hinten ziehen)
Option: Hüften wieder zurück)

Tanz beginnt wieder von vorne

[tornado](#)