

n  
a  
s  
h  
y  
e  
c  
i  
u  
b

# Cowgirl's Twist

Chorégraphe : Bill Bader

Description : Ligne, 4 murs, 32 temps

Niveau : Débutant

Musique : "See Rock City" – Kentucky Headhunters – 136 bpm (ECS)

"What the cowgirls do" – Vince Gill – 152 bpm (2 Step)

"She's Actin' Single" – Wade Hayes – 110 bpm (2-Step/ECS)

"The City puts the country back in me" – Neal McCoy – 108 bpm (WCS)

## DESCRIPTION DES PAS

### HEEL-TOE STRUTS : RIGHT, LEFT, RIGHT, LEFT

- 1-8  
1-2 Avancer avec le talon droit, Poser la plante du PD au sol  
3-4 Avancer avec le talon gauche, Poser la plante du PG au sol  
5-6 Avancer avec le talon droit, Poser la plante du PD au sol  
7-8 Avancer avec le talon gauche, Poser la plante du PG au sol
- 9-16  
1-2 **WALK BACK X3, TOGETHER -WIGGLEWALK LEFT, CLAP**  
1-2 Reculer avec PD, Reculer avec PG  
3-4 Reculer avec PD, Poser PG près du PD  
5-6 En se déplaçant vers la G, Orienter les 2 talons vers la G, puis les 2 pointes de pieds vers laG  
7-8 Orienter les 2 talons vers la G puis frapper dans les mains
- 16-24  
1-2 **WIGGLEWALK RIGHT, CLAP - SWIVEL LEFT, CLAP - SWIVEL RIGHT, CLAP**  
1-2 En se déplaçant vers la D, Orienter les 2 talons vers la D, puis les 2 pointes de pieds vers laD  
3-4 Orienter les 2 talons vers la D puis frapper dans les mains  
5-6 Orienter les 2 talons vers la G puis frapper dans les mains  
7-8 Orienter les 2 talons vers la D puis frapper dans les mains
- 25-32  
1-2 **TWIST DOWN, DOWN, UP, UP - STEP, HOLD, ¼ TURN, HOLD**  
1-2 Sur place, Amener les 2 talons à G en baissant les genoux, Amener les 2 talons à D, en baissant les genoux  
3-4 Amener les 2 talons à G, en remontant un peu les genoux, Amener les 2 talons au centre, en remontant complètement les genoux  
5-6 Avancer le PD en inclinant l'épaule D vers l'avant, Rester  
7-8 Effectuer ¼ tour à G sur la plante du PG, en ramenant les épaules, Rester

RECOMMENCEZ DE PUIS LE DEBUT.... Amusez - vous..... . Souriez.....