



# COWGIRL TWIST

Musique	What the cowgirl do (Vince Gill)
Chorégraphe	Dale Bader
type	Danse en ligne - 4 murs
Temps	32 temps (154 bpm)
Niveau	Débutant

## **1 - 8 Heel struts Forward**

- 1 - 2 Planter Talon Droit Devant, Poser Pied Droit à Plat,
- 3 - 4 Planter Talon Gauche Devant, Poser Pied Gauche à Plat,
- 5 - 6 Planter Talon Droit Devant, Poser Pied Droit à Plat,
- 7 - 8 Planter Talon Gauche Devant, Poser Pied Gauche à Plat,

## **9 - 16 Backward steps, Together, Left Swivels, Hold & Clap**

- 1 - 3 3 Pas en Arrière (D, G, D),
- 4 Rassembler Pied Gauche près du Pied Droit,
- 5 (*pieds joints*) En appui sur les pointes Pivoter les Talons à Gauche,
- 6 En appui sur les talons Pivoter les Pointes à Gauche,
- 7 En appui sur les pointes Pivoter les Talons à Gauche,
- 8 Pause en frappant dans les mains.

## **17 - 24 Right Swivels, Single Swivels, Hold & Clap**

- 1 (*pieds joints*) En appui sur les pointes Pivoter les Talons à Droite,
- 2 En appui sur les talons Pivoter les Pointes à Droite,
- 3 En appui sur les pointes Pivoter les Talons à Droite,
- 4 Pause en frappant dans les mains,
- 5 - 6 En appui sur les pointes Pivoter les Talons à Gauche, Pause en frappant dans les mains,
- 7 - 8 En appui sur les pointes Pivoter les Talons à Droite, Pause en frappant dans les mains.

## **25 - 32 Swivels, Heel. ¼ Turn Left, Hold**

- 1 - 4 (*pieds joints en fléchissant les genoux*) Pivoter les Talons à Gauche, D, G, D,
- 5 - 6 Talon Droit Devant, ¼ de tour à Gauche (poids du corps sur le pied droit),
- 7 - 8 Rassembler Pied Gauche près du PD, Pause.

**Continuer la danse en reprenant au début.**

**Le sourire et les alignements font aussi partie de la chorégraphie, à consommer sans modération.**

***Have a nice dance.***

