

Cowgirls Twist



Chorégraphe : Bill Bader
 LINE Dance : 32 temps – 4 murs
 Niveau : Débutant
 Music : What The Cowgirls Do – Vince Gill – 154 BPM
 Do You Love Me – The Contours (60's oldie) – 154 BPM
 Mambo No. 5 – Lou Bega – 176 BPM
 Twistin' The Night Away – Scooter Lee
 Source : Chorégraphe

Comptes	PAS : description	Appuis	Direction
4 HEEL STRUTS FORWARD: RIGHT, LEFT, RIGHT, LEFT			
1 – 2	<u>HEEL STRUT D</u> : TOUCH talon D devant – appui plat PD	D	
3 – 4	<u>HEEL STRUT G</u> : TOUCH talon G devant – appui plat PG	G	
5 – 6	<u>HEEL STRUT D</u> : TOUCH talon D devant – appui plat PD	D	
7 – 8	<u>HEEL STRUT G</u> : TOUCH talon G devant – appui plat PG	G	
WALK BACKWARD: RIGHT, LEFT, RIGHT, LEFT TOGETHER			
1 – 3	step D en arrière – step G en arrière – step D en arrière	D G D	
4	step G à coté PD	G	
3 TRAVELLING SWIVELS (RAMBLE) TO LEFT SIDE, HOLD			
5	SWIVEL les 2 talons diagonalement à G		↗
6	SWIVEL les 2 pointes diagonalement à G		↖
7	SWIVEL les 2 talons diagonalement à G		↗
8	pause, CLAP		
3 TRAVELLING SWIVELS (RAMBLE) TO RIGHT SIDE, HOLD			
1	SWIVEL les 2 talons diagonalement à D		↖
2	SWIVEL les 2 pointes diagonalement à D		↗
3	SWIVEL les 2 talons diagonalement à D		↖
4	pause, CLAP		
SWIVEL HEELS LEFT, HOLD, SWIVEL HEELS RIGHT, HOLD			
5 – 6	SWIVEL les 2 talons diagonalement à G – pause, CLAP		↗
7 – 8	SWIVEL les 2 talons diagonalement à D – pause, CLAP		↖
SWIVEL HEELS LEFT, RIGHT, CENTRE, HOLD			
1 – 3	SWIVEL talons (rien d'autre) diagonalement G D Centre		↗↖↑
4	Pause, pas de CLAP		
STEP RIGHT FORWARD, HOLD, PIVOT TURN 1/4 LEFT, HOLD			
5 – 6	step D devant (conserver le ball G au sol) – pause	D	
7 – 8	¼ tour G, revenir appui PG – pause	G	9 h
REPEAT – ☺			