



COWGIRLS' TWIST



r
Musique: Cowgirl Twist (Dave Sheriff)
What The Cowgirls Do (Vince Gill) 154 bpm
Do You Love Me (The Contours) (60's Oldie) 154 bpm
The Twist (Ronnie McDowell or Chubby Checker) 164 bpm (CD: Country Dances)
That's What I Like (Jive Bunny & The Master Mixers) 166 bpm (CD: Best Of Jive Bunny)
Type: Ligne, 32 temps, 4 murs;
Difficulté: Débutant
Chorégraphe: Bill Bader, CAN, 7/94
Traduit par: Louise Théberge, Genève, Suisse

4 "Strut" devant: Droit, Gauche, Droit, Gauche

1 à 4: Talon droit devant; Baisser la pointe du pied droit;
Talon gauche devant; Baisser la pointe du pied gauche;

5 à 8: Talon droit devant; Baisser la pointe du pied droit;
Talon gauche devant; Baisser la pointe du pied gauche;

Marche arrière: Droit, Gauche, Droit, Ensemble

9 à 12: Pas du pied droit derrière; Pas du pied gauche derrière;
Pas du pied droit derrière; Déposer le pied gauche près du droit;

Twists (Swivel) vers la gauche: Talons, Pointes, Talons, Pause

13 à 16: Pieds joints, pivoter les talons vers la gauche; Pivoter les pointes vers la gauche;
Pivoter les talons vers la gauche; Pause (*Option: frapper les mains ensemble*);

Twists (Swivel) vers la droite: Talons, Pointes, Talons, Pause

17 à 20: Pieds joints, pivoter les talons vers la droite; Pivoter les pointes vers la droite;
Pivoter les talons vers la droite; Pause (*Option: frapper les mains ensemble*);

Twists (Swivel) sur place: Gauche, Pause, Droite, Pause

21 à 24: pivoter les talons à gauche; pause (*Option: frapper les mains ensemble*);
pivoter les talons à droite; pause (*Option: frapper les mains ensemble*);

Twist sur place: Gauche, Droite, Centre, Pause

25 à 28: Pivoter les talons à gauche; Pivoter les talons à droite;
Pivoter les talons au centre; Pause;
(plier les genoux sur 13 - 14; se redresser sur 15 - 16);

Droit devant, Pause, 1/4 tour à gauche, Pause

29 à 32: Pas du pied droit devant en gardant la pointe du pied gauche au sol;
(*Option: pencher l'épaule droite devant*)
Pause; Pivoter 1/4 tour vers la gauche en transférant le poids sur le pied gauche; Pause.

PRENDRE AU DEBUT SANS PERDRE LE SOURIRE !