Cowgirls Twist (a.k.a. Cowgirl Twist)

Musique : **«What the Cowgirls Do» de Vince Gill (154 bpm)**

"The Twist" by Ronnie McDowell or Chubby Checker (164 bpm)
"That's What I Like" by Jive Bunny & The Mix Masters (166 bpm)
"Honky Tonk Twist" by Scooter Lee (178 bpm)

Chorégraphe : **Bill Bader (CAN)** (1994-2010)

Type : **32 comptes, 4 murs**

Niveau : Débutant

Démarrer la danse après 32 comptes

1 – 8 4 HEEL STRUTS FORWARD: RIGHT, LEFT, RIGHT, LEFT

1 – 2 Poser talon PD devant – Abaisser la plante PD
3 – 4 Poser talon PG devant – Abaisser la plante PG
5 – 6 Poser talon PD devant – Abaisser la plante PD
7 – 8 Poser talon PG devant – Abaisser la plante PG

9 – 12 WALK BACKWARD : RIGHT, LEFT, RIGHT, LEFT TOGETHER

1 – 2 – 3 Marche en arrière : PD – PG – PD
4 PG près du PD

13 – 20 3 TRAVELLING SWIVELS TO LEFT, HOLD, 3 TRAVELLING SWIVELS TO RIGHT, HOLD

1 – 2 – 3 Pivoter : les talons vers la gauche – Les pointes vers la gauche – Les talons vers la gauche
4 Pause et clap
5 – 6 – 7 Pivoter : les talons vers la droite – Les pointes vers la droite – Les talons vers la droite
8 Pause et clap

21 – 28 SWIVEL HEELS LEFT, HOLD, SWIVEL HEELS RIGHT, HOLD, SWIVEL HEELS LEFT, RIGHT, CENTRE, HOLD

1 – 2 Pivoter les talons vers la gauche – Pause et clap
3 – 4 Pivoter : les talons vers la droite – Pause et clap
5 – 6 – 7 Sur place pivoter les talons : vers la gauche – Vers la droite – Vers la gauche
8 Pause et clap

29 – 32 STEP RIGHT FORWARD, HOLD, PIVOT TURN 1/4 LEFT, HOLD

1 – 2 PD devant – Pause
3 – 4 ¼ tour vers la gauche – Pause

Recommencer…... et toujours avec le sourire