



Cowboy Up

musique "Bury The Shovel by Clay Walker"

niveau : intermédiaire

danse country, 32 count, 4 wall,

choregraphie; Shannon Finnegan, USA

I RIGHT KICK, STEP BACK, TWIST & TURN ½ RIGHT, CROSS-BACK-RIGHT, CROSS-BACK-

LEFT 1 – 2 Lancer (Kick) le pied Droit devant, Pas du pied Droit derrière

3 & 4 Avec le poids sur le bout des pieds, pivoter les talons à gauche, & Pivoter les talons à droite, Pivoter les talons à gauche – jusqu'à pivoter ½ tour à droite (poids sur le pied gauche) (6h00)

5 & 6 Croiser le pied Droit devant le gauche, & Pas du pied Gauche derrière, Pas du pied Droit à droite

7 & 8 Croiser le pied Gauche devant le Droit, & Pas du pied Droit derrière, Pas du pied Gauche à gauche

II THREE KICK-CROSS-TOUCHES, TWIST & TURN ¼ LEFT

1 & 2 Lancer le pied Droit devant, & Croiser le pied Droit devant le gauche, Pointer le pied Gauche à gauche

3 & 4 Lancer le pied Gauche devant, & Croiser le pied Gauche devant le droit, Pointer le pied Droit à droite 5 & 6

Lancer le pied Droit devant, & Croiser le pied Droit devant le gauche, Pointer le pied Gauche à gauche

7 & 8 Avec le poids sur le bout des pieds : pivoter les talons à droite, & Pivoter les talons à gauche, Pivoter les talons à droite – jusqu'à pivoter ¼ tour à gauche (3h00);

III SHUFFLE (LEFT-RIGHT-LEFT), STEP FORWARD, SPIRAL ¾, ROCK LEFT, VINE RIGHT (CROSS-STEP-CROSS)

1 & 2 Chassé du pied gauche devant (G, D, G)

3 - 4 Pas du pied Droit devant, Pivoter ¾ de tour à gauche sur le bout du pied Droit (6h00)

(Pendant le pivot, laisser le pied gauche sur place le plus longtemps possible afin de terminer le pivot avec le pied gauche croisé devant le droit – chevilles croisées);

5 – 6 Pas Rock du pied Gauche à gauche, Ramener le poids sur le pied Droit

7 & 8 Croiser le pied Gauche devant le droit, & Pas du pied Droit à droite, Croiser le pied G derrière le PD

IV JUMPING JACKS (OUT-IN-KICK-CROSS-OUT-IN-KICK-CROSS), JUMP (OUT-IN-OUT-TURN ¼ RIGHTBACK & STOMP)

1 & Sauter/écarter les pieds (largeur des épaules), & Sauter/ramener les pieds ensemble (poids sur droit)

2 & Lancer (Kick) le pied Gauche devant, & Croiser le pied Gauche devant le droit

3 & Sauter/écarter les pieds (largeur des épaules), & Sauter/ramener les pieds ensemble (poids sur droit)

4 & Lancer (Kick) le pied Gauche devant, & Croiser le pied Gauche devant le droit

5 & Sauter/écarter les pieds (largeur des épaules), & Sauter/ramener les pieds ensemble

6 & Sauter/écarter les pieds (largeur des épaules), & Sauter/ramener les pieds ensemble en pivotant ¼ tour à D 7 &

Sauter derrière sur le pied droit et amener le talon gauche devant, & Sauter devant sur le pied gauche

8 Frapper le sol (Stomp) avec le pied Droit près du gauche (sans poids).

Option avec moins d'impact physique (8 derniers temps):

1 & Pas du pied Droit à droite; Le pied Gauche touche près du droit (&);

2 & Lancer (Kick) le pied Gauche devant; Croiser le pied Gauche devant le droit (&);

3 & Pas du pied Droit à droite; Le pied Gauche touche près du droit (&);

4 & Lancer (Kick) le pied Gauche devant; Croiser le pied Gauche devant le droit (&);

5 & Pointer le pied Droit à droite; Le pied Droit touche près du gauche (&);

6 & Pointer le pied Droit à droite; Pivoter ¼ de tour à droite et déposer le pied Droit près du gauche (&);

7 & Talon Gauche devant; Déposer le pied Gauche près du droit (&);

8: Frapper le sol (Stomp) avec le pied Droit près du gauche (sans poids).

Recommencer du début avec le sourire