

COWBOY UP



Musique : Cowboy Up - Jill Johnson
Chorégraphie : Conrad Farnham (USA) (Juin 2016)
Type : 4 mur, 32 temps
Niveau : Débutant
Départ : Après 16 temps

1-8 ROCK, RECOVER, COASTER STEP - HEEL GRIND, ¼ TURN LEFT, COASTER STEP

1-2 ROCK du PD devant - Revenir sur le PG
3&4 PD derrière & PG à côté du PD - PD devant
5-6 Talon gauche devant - Pivoter 1/4 de tour à gauche (9h)
7&8 PG derrière & PD à côté du PG - PG devant

9-16 STEP, 2x HIP BUMPS, STEP, 2x HIP BUMPS - OUT, OUT, IN, IN

1-2 PD devant et Balancer les hanches à droite - Balancer les hanches à droite
3-4 PG devant et Balancer les hanches à gauche - Balancer les hanches à gauche
5-6 PD devant légèrement à droite - PG devant légèrement à gauche
7-8 PD derrière (centre) - PG derrière (centre)

17-24 SHUFFLE R, BACK ROCK, RECOVER - SHUFFLE L, BACK ROCK, RECOVER

1&2 PD à droite & PG à côté du pied PD - PD à droite
3-4 ROCK du PG derrière - Revenir sur le PD
5&6 PG à gauche & PD à côté du pied PG - PG à gauche
7-8 ROCK du PD derrière - Revenir sur le PG

25-32 1/4 TURN LEFT WITH HEEL SWITCHES - 1/4 TURN LEFT WITH HEEL SWITCHES

1&2 Talon droit devant & Ramener PD à côté du PG - Talon gauche devant dans la diagonale (7h30)
&3&4 Ramener PG à côté du PD & Talon droit devant - Ramener PD à côté du PG & Talon gauche devant dans la diagonale (6h)
&5&6 Ramener PG à côté du PD & Talon droit devant - Ramener PD à côté du PG & Talon gauche devant dans la diagonale (4h30)
&7&8 Ramener PG à côté du PD & Talon droit devant - Ramener PD à côté du PG & Talon gauche devant dans la diagonale (3h)
& Ramener PG à côté du PD

RECOMMENCEZ AU DEBUT ET GARDEZ LE SOURIRE 😊