



Cowboy up



Musique « *Cowboy Up* » by *Jill Johnson* – 112 Bpm
Chorégraphes *Barbara Hile (AUS)* - September 2008
Niveau débutant – 32 temps 4 murs
Départ 2 x 8 temps

SECTION 1

3 WALKS FORWARD, HEEL, HEEL, 3 WALKS BACK, STOMP, STOMP

- 1 – 3 STEP : avancer PD, STEP : avancer PG, STEP : avancer PD
&4 HEEL : taper le talon G devant, HEEL : taper le talon G devant
5 – 7 BACK : reculer PG, BACK : reculer PD, BACK : reculer PG
&8 STOMP – UP : frapper le sol avec PD près du PG, STOMP – UP : frapper le sol avec PD près du PG

SECTION 2

STEP, SLIDE, STEP, TOUCH, STEP, SLIDE, STEP, TOUCH

- 1 – 4 SIDE : poser PD à D, SLIDE : glisser PG jusqu'au PD (pdc PG), SIDE : poser PD à D,
TOUCH : poser pointe G près du PD (pdc PD)
5 – 8 SIDE : poser PG à G, SLIDE : glisser PD sur le sol jusqu'au PG, SIDE : poser PG à G
TOUCH : poser pointe D près du PG (pdc PG)

SECTION 3

DOUBLE HIPS BACK, DOUBLE HIPS FORWARD, SINGLE HIP BUMPS

- 1 – 4 DOUBLE HIPS BACK / BUMP : reculer PD en donnant 2 coups de hanches vers la D (x2) (pdc PD),
DOUBLE HIPS FORWARD / BUMP : poser PG sur place en donnant 2 coups de hanches vers la G
5 – 8 SINGLE HIP BUMPS : coup de hanches à D, coup de hanches à G, coup de hanches à D, coup de hanches à G

SECTION 4

VINE RIGHT, TOUCH, VINE LEFT ¼ LEFT TURN, TOUCH

- 1 – 4 VINE RIGHT : poser PD à D, croiser PG derrière PD, poser PD à D, TOUCH : poser pointe G près du PD
5 – 8 VINE ¼ TURN : poser PG à G, croiser PD derrière PG, pivoter d' ¼ de tour à G - poser PG devant, 9:00
TOUCH : poser pointe D près du PG

Good luck 🤞 , good dance 🥳 !

D : droite - G : gauche - PD : pied droit - PG : pied gauche - pdc : poids du corps

Fiche traduite par Léa, seule la fiche de danse originale du chorégraphe fait foi.

Contact : leacountrydance@gmail.com

<https://www.facebook.com/lea.country.dance>

<https://www.leacountrydance.fr/>

<https://www.youtube.com/channel/UC4AkjfN85X6WbYKQg2XWkrA>