

# COWGIRL'S TWIST



Chorégraphe : Bill BADER - vancouver, BRITISH COLUMBIA - CANADA/ septembre 1994

Musiques : I feel LUCKY - Mary CHAPIN CARPENTER - 122 BPM

Blame it on your hert - Patty LOVELESS - 152 BPM

What on faith - Mike REID - 158 BPM

**What the cowgirls do - Vince GILL - 154 BPM**

The twist - Ronnie Mc DOWELL - 164 BPM

LINE dance : 32 temps - 4 murs

Niveau : débutant

**Intro : 8 x 4 = 32 Temps**

## **STRUT FORWARD : RIGHT, LEFT, RIGHT, LEFT**

1.2 HEEL STRUT D : 1 pas talon D devant (pointe en l'air) - DROP : abaisser pointe P.D au sol

3.4 HEEL STRUT G : 1 pas talon G devant (pointe en l'air) - DROP : abaisser pointe P.G au sol

5.6 HEEL STRUT D : 1 pas talon D devant (pointe en l'air) - DROP : abaisser pointe P.D au sol

7.8 HEEL STRUT G : 1 pas talon G devant (pointe en l'air) - DROP : abaisser pointe P.G au sol

## **SEPT BACK : R, L, R, L TOGETHER**

1.2.3 3 pas en reculant : P.D, P.G, P.D

4 Assembler P.G à côté du P.D

## **THREE SWIVELS TO LEFT (HEELS, TOES, HEELS) HOLD, THREE SWIVELS TO RIGHT, HOLD**

1.2 SWIVEL des talons sur diagonale G ↙(1) - SWIVEL des pointes sur diagonale G ↘(2)

3.4 SWIVEL des talons sur diagonale G ↙(3) - HOLD (4) (=pause)

*(option Île-de-France : clap sur le 4<sup>ème</sup> temps)*

5.6 SWIVEL des talons sur diagonale D ↘(5) - SWIVEL des pointes sur diagonale D ↙(6)

7.8 SWIVEL des talons sur diagonale D ↘(7) - HOLD (8) (=pause)

*(option Île-de-France : clap sur le 8<sup>ème</sup> temps)*

## **SWIVELS HEELS LEFT, HOLD, SWIVELS HEELS RIGHT, HOLD**

### **SWIVELS HEELS LEFT, RIGHT, CENTER, HOLD**

1.2 SWIVEL des talons sur diagonale G ↙(1) - HOLD (2) (=pause) *(option Île-de-France : clap sur le 2<sup>ème</sup> temps)*

3.4 SWIVEL des talons sur diagonale D ↘(3) - HOLD (4) (=pause) *(option Île-de-France : clap sur le 4<sup>ème</sup> temps)*

5.6 SWIVEL des talons sur diagonale G ↙(5) - SWIVEL des talons sur diagonale D ↘(6)

7.8 SWIVEL des talons au centre ↓(7) - HOLD (8) (=pause)

## **STEP RIGHT FORWARD, HOLD, TURN ¼ LEFT ONTO LEFT, HOLD**

1.2 1 pas P.D devant ( en penchant les épaules à D devant 10 :30) - HOLD

3.4 ¼ de tour à G (appui P.G) -(en penchant les épaules à G) - HOLD

Recommencez ... souriez.....

Traduit et préparé par Anne CHANAL  
Source : internet