

Cowgirl's Twist

32 count / 4 wall

Choreographie:

Bill Bader

Musik:

The Twist von Ronnie McDowell



Heel Struts forward

- 1 RF vor und mit der Ferse aufsetzen, Fußspitze nach oben
- 2 Rechte Fußspitze absetzen
- 3 LF vor und mit der Ferse aufsetzen, Fußspitze nach oben
- 4 Linke Fußspitze absetzen
- 5 RF vor und mit der Ferse aufsetzen, Fußspitze nach oben
- 6 Rechte Fußspitze absetzen
- 7 LF vor und mit der Ferse aufsetzen, Fußspitze nach oben
- 8 Linke Fußspitze absetzen

Walk back 3, together

- 1-4 3 Schritte zurück (r-l-r) linken Fuß an rechten heransetzen

Wiggle walk, clap l+r

- 1-2 Beide Hacken nach links drehen – Beide Fußspitzen nach links drehen
- 3-4 Beide Hacken nach links drehen – Klatschen
- 5-6 Beide Hacken nach rechts drehen – Beide Fußspitzen nach rechts drehen
- 7-8 Beide Hacken nach rechts drehen – Klatschen

Swivel, clap l+r, twist

- 1-2 Beide Hacken nach links drehen – Klatschen
- 3-4 Beide Hacken nach rechts drehen – Klatschen
- 5-6 Beide Hacken nach links drehen - Beide Hacken nach rechts drehen
- 7-8 Beide Hacken nach links drehen - Beide Hacken wieder gerade drehen

Step, hold, pivot ¼ l, hold

- 1-2 Schritt nach vorne mit rechts, rechte schulter nach vorne lehnen – Halten
- 3-4 ¼ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende links, Schulter nach links lehnen (9 Uhr) - Halten

Tanz beginnt von vorne