

Cowgirls Twist

32 count / 4 wall / beginner



Choreographie:

Musik:

Cowgirls Twist

Scooter Lee

HEEL STRUTS (R - L - R - L)

- 1, 2 re Ferse nach vorne setzen, ganzer Fuss belasten
- 3, 4 li Ferse nach vorne setzen, ganzer Fuss belasten
- 5, 6 re Ferse nach vorne setzen, ganzer Fuss belasten
- 7, 8 li Ferse nach vorne setzen, ganzer Fuss belasten

3 WALKS BACK, TOGETHER

- 1, 2 re Fuss Schritt rückwärts, li Fuss Schritt rückwärts
- 3, 4 re Fuss Schritt rückwärts, li Fuss beistellen

WIGGLE WALK, CLAP L + R

- 1, 2 beide Fersen nach links drehen, beide Fussspitzen nach links drehen
- 3, 4 beide Fersen nach links drehen, Pause = klatschen
- 5, 6 beide Fersen nach rechts drehen, beide Fussspitzen nach rechts drehen
- 7, 8 beide Fersen nach rechts drehen, Pause = klatschen

SWIVEL, CLAP L + R , TWIST

- 1, 2 beide Fersen nach links drehen, Pause = klatschen
- 3, 4 beide Fersen nach rechts drehen, Pause = klatschen
- 5, 6 beide Fersen nach links drehen, beide Fersen nach rechts drehen
- 7, 8 beide Fersen nach links drehen, beide Fersen in die Mitte drehen

STEP, HOLD, PIVOT ¼ LEFT, HOLD

- 1, 2 re Fuss Schritt nach vorne, Pause
- 3, 4 auf beiden Ballen ¼ Drehung nach links, Pause (Gewicht = links)

Tanz beginnt wieder von vorne