

Cowgirl's Twist

32 count / 4-wall
Beginner



Choreographie: Bill Bader

Musik: „What The Cowgirl's do“ by Vince Gill (154BPM)

1 – 8 TOE STRUT FWRD X4

- 1, 2 RFFe vor, RFSp senken
- 3, 4 LFFe vor, LFSp senken
- 5, 6 RFFe vor, RFSp senken
- 7, 8 LFFe vor, LFSp senken

9 – 16 WALK BACK X4, SWIVEL X3, CLAP

- 1, 2 RF Schritt zurück, LF Schritt zurück
- 3, 4 RF Schritt zurück, LF neben RF stellen
- 5, 6 Beide Fe nach links drehen, beide FSp nach links
- 7, 8 beide Fe nach links drehen, klatschen

17 – 24 SWIVEL X3, CLAP, SWIVEL L, CLAP, SWIVEL R, CLAP

- 1, 2 beide Fe nach rechts drehen, beide FSp nach rechts drehen,
- 3, 4 beide Fe nach rechts drehen, klatschen
- 5, 6 beide Fe nach links drehen, klatschen
- 7, 8 beide Fe nach rechts drehen, klatschen

25 – 32 TWIST X4, HEEL STRUT WITH ¼ TURN, HEEL STRUT

- 1, 2 beide Fe nach links und Knie biegen, beide Fe nach rechts und Knie biegen
(gleichzeitig nach unten twisten)
- 3, 4 beide Fe nach links und Knie strecken, beide Fe nach rechts und Knie
strecken (gleichzeitig wieder nach oben)
- 5, 6 RFFe vor und darauf ¼ Linksdrehung
- 7, 8 LFFe vor und senken

Tanz beginnt wieder von vorne

Viel Spass.....