

Cowgirl's Polka

Choreograaf : Séverine Fillion
Soort Dans : 4 wall line dance
Niveau : Intermediate / Advanced
Tellen : 48
Info : Intro 16 tellen
Muziek : "The Old Silo" by The Sunny Cowgirls (CD: Dust Will Settle)
Bron :

Diagonally Forward Triple Step (Right & Left), (Hop & Hitch ½ Turn-Step) Twice, Jumping Back Step & Kick, Stomp

1 RV stap schuin rechts voor
& LV sluit naast RV
2 RV stap schuin rechts voor
3 LV stap schuin links voor
& RV sluit naast LV
4 LV stap schuin links voor
& LV hop, til R knie op en draai ½ rechtsom [6]
5 RV sluit naast LV
& RV hop, til L knie op en draai ½ rechtsom [12]
6 LV sluit naast LV
7 RV spring achter, en schop LV voor
& LV gewicht terug
8 RV stamp naast LV, gewicht LV

Style note 1-16: handen op de heupen

Diagonally Back Triple Step (Right & Left), (Hop & Hitch ½ Turn-Step) Twice, Jumping Back Step & Kick, Stomp

1 RV stap schuin rechts achter
& LV sluit naast RV
2 RV stap schuin rechts achter
3 LV stap schuin links achter
& RV sluit naast LV
4 LV stap schuin links achter
& LV hop, til R knie op en draai ½ rechtsom [6]
5 RV sluit naast LV
& RV hop, til L knie op en draai ½ rechtsom [12]
6 LV sluit naast LV
7 RV spring achter en schop LV voor
& LV gewicht terug
8 RV stamp naast LV, gewicht LV

Side Rock Step, Syncopated Weave (Right & Left)

1 RV stap opzij
2 LV gewicht terug
3 RV kruis achter LV
& LV stap opzij
4 RV kruis over LV
5 LV stap opzij
6 RV gewicht terug
7 LV kruis achter RV
& RV stap opzij
8 LV kruis over RV

Side, Behind, Steps On Heels, Toe Split, Toe-Heel-Step ¼ Turn, (Flick & Slap, Stomp) Twice

1 RV stap opzij
2 LV kruis achter RV
& RV stap op hak voor
3 LV stap op hak voor
voeten iets uit elkaar
& R+L tenen omhoog en uit
4 R+L tenen omhoog en in
tel &4: gewicht op de hakken
5 LV tik teen naast RV, hak naar buiten
& LV ¼ linksom, tik hak naast, R tenen naar buiten [9]
6 LV stap voor
& RV til voet op en tik hak aan met R hand
7 RV stamp naast LV
& RV til voet op en tik hak aan met R hand
8 RV stamp naast LV, gewicht LV

Heel & Toe & Heel & Hitch, Forward Triple Step, Scuff-Hitch-Stomp, ½ Turn & Hitch, Triple Step

1 RV tik hak voor
& RV stap iets voor en tik L teen achter
2 LV stap iets achter en tik R hak voor
& RV stap iets voor en til L knie op
3 LV stap voor
& RV sluit naast LV
4 LV stap voor
5 RV scuff voor
& RV til R knie op en sla R hand op bovenbeen
6 RV stamp voor en draai ½ linksom, til L knie op en sla L hand op bovenbeen [3]
7 LV stap voor
& RV sluit aan
8 LV stap voor

Heel & Toe & Heel & Hitch, Forward Triple Step, Scuff-Hitch-Stomp, ½ Turn & Hitch, Triple Step

1 RV tik hak voor
& RV stap iets voor en tik L teen achter
2 LV stap iets achter en tik R hak voor
& RV stap iets voor en til L knie op
3 LV stap voor
& RV sluit naast LV
4 LV stap voor
5 RV scuff voor
& RV til knie op en sla R hand op bovenbeen
6 RV stamp voor en draai ½ linksom, til L knie op en sla L hand op bovenbeen [9]
7 LV stap voor
& RV sluit aan
8 LV stap voor

Begin opnieuw