



Cowboy Strut

Choreographie:

James Towner & Ruth Sturges

Musik

Life's a dance by John Michael Montgomery

MusikSuggestion:

Walking to Jerusalem by Tracy Byrd

Get into Reggae Cowboy Bellamy Brothers

Heel struts forward

1 2 RF Schritt nach vorn, nur die Hacke aufsetzen Rechte Fußspitze absenken

3 4 LF Schritt nach vorn, nur die Hacke aufsetzen Linke Fußspitze absenken

Heel struts forward

5 6 RF Schritt nach vorn, nur die Hacke aufsetzen Rechte Fußspitze absenken

7 8 LF Schritt nach vorn, nur die Hacke aufsetzen Linke Fußspitze absenken

Jazz box with ¼ turn,

1 RF vor dem LF kreuzen

2 LF Schritt zurück

3 ¼ Rechtsdrehung auf dem linken Ballen und RF Schritt nach vorn

4 LF an rechten heransetzen

Kick, kick, side, behind

5-6 RF 2x nach vorn kicken

7 8 RF Schritt seitwärts LF hinter RF kreuzen

Side, touch, step, pivot

1 2 RF Schritt seitwärts LF neben RF auftippen

3 4 LF Schritt nach vorn ½ Rechtsdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem RF

Pivot , hip bumps I 2x

5-6 LF Schritt nach vorn ½ Rechtsdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem RF

7-8 Hüften 2x nach links schwingen

Hip bumps r, single hip bumps

1-2 Hüften 2x nach rechts schwingen

3-4 Hüften abwechselnd nach links, rechts,

Single hip bumps, side, behind

5 6 links und nach rechts schwingen

7 8 LF Schritt seitwärts RF hinter LF kreuzen

Side, close, hop, hop,

1 LF Schritt seitwärts

2 RF an LF heransetzen

3-4 2x nach vorn hüpfen

Monterey turn

5 6 RF Spitze rechts auftippen ½ Rechtsdrehung auf dem linken Ballen und RF an LF heransetzen

7 8 Linke Fußspitze links auftippen LF an RF heransetzen

Full turn r,

1 RF Schritt seitwärts

2 ¼ Rechtsdrehung auf dem rechten Ballen und LF vor dem RF kreuzen

3 ¼ Rechtsdrehung auf dem linken Ballen und RF Schritt nach rechts

4 ½ Rechtsdrehung auf dem rechten Ballen und LF Schritt zurück

Sailor shuffle r + l

5 + 6 RF hinter LF kreuzen LF Schritt seitwärts und Gewicht zurück auf den RF

7 + 8 LF hinter RF kreuzen RF Schritt seitwärts und Gewicht zurück auf den LF

Tanz beginnt wieder von vorne

<http://www.tornado-ffm.de/>