



HEEL, TOE, RODEO

Musique : Cowboy Up de Kaylee Bell (110 BPM)

Chorégraphe : Gary O'Reilly (11 / 2024)

Type : ligne , 32 temps , 4 murs (1 restart , 1 final)

Niveau : novice (polka)

Intro : 8 temps

1-8 : SECTION 1 : STOMP , HEEL & TOE & HEEL & FWD ROCK , TRIPLE FULL TURN

1 : stomp PD devant

2&3 : heel & toe : poser talon G devant , ramener PG à côté PD , toucher PD à côté PG

4&4 : & heel & : ramener PD à côté PG , poser talon G devant , ramener PG à côté PD

5-6 : rock step : pas PD devant (appui PD) , revenir sur PG (appui PG)

7&8 : triple full turn : ½ tour à D et pas PD devant , pas PG à côté PD , ½ tour à D et pas PD devant

9-16 : SECTION 2 : FWD ROCK STEP , ½ , ½ , COASTER STEP , KICK BALL STEP

1-2 : rock step : pas PG devant (appui PG) , revenir sur PD (appui PD)

3-4 : full turn : ½ tour à G et pas PG devant , ½ tour à G et pas PD derrière

5&6 : coaster step : pas ball G derrière , pas ball D à côté PG , pas PG devant

7&8 : kick ball step : kick D devant , ramener ball D à côté PG , pas PG devant

17-24 : SECTION 3 : POINT & POINT & POINT HITCH POINT , SAILOR STEP , SAILOR ¼ TURN

1&2& : point &point & : toucher pointe D à D , ramener PD à côté PG , toucher pointe G à G , ramener PG à côté PD

3&4 : point hitch point : toucher pointe D à D , lever genou D devant , toucher pointe D à D

5&6 : sailor step : croiser PD derrière PG , pas PG à G , pas PD à D

7&8 : sailor ¼ turn : ¼ de tour à G et croiser PG derrière PD , pas PD à D , pas PG devant

RESTARTS : ici au 4^{ème} mur , reprendre la danse au début

25-32 : SECTION 4 : WALK , ½ , COASTER STEP , WALK , ½ , COASTER STEP

1-2 : walk : pas PD devant , pivot ½ turn : pivoter d' ½ tour à D et pas PG derrière

3&4 : coaster step : pas ball D derrière , pas ball G à côté PD , pas PD devant

5-6 : walk : pas PG devant , pivot ½ turn : pivoter d' ½ tour à G et pas PD derrière

7&8 : coaster step : pas ball G derrière , pas ball D à côté PG , pas PG devant

FINAL : au 10^{ème} mur , après 8 temps ajouter ¼ de tour à D et stomp G devant pour terminer à 12h00

Garder le sourire et recommencer au début

Ligérienne Country : 70 rue Ligérienne 49800 La Daguenière

<https://ligeriennecountry49.com/>