

COWGIRL

Chorégraphe : Mario & Lilly Hollnsteiner (Mai 2025)

Description : Intermediate, Phrased, 2 Wall

Musique : Cowgirl (Parmalee) (157 Bpm)

CD : Fell In Love With A Cowgirl (2025)

SEQUENCE :

A – A – B – C – C – A – B – C – C – A – B – C – C – C (Final)

PART A

SECT 1 : CHASSE TO R SIDE, ROCK BACK, TOE STRUT TO L SIDE, TOE STRUT OVER

- 1&2 Ecart pied droit, assembler pied gauche, écart pied droit
- 3-4 Reculer pied gauche (*Rock*), retour poids du corps sur pied droit
- 5-6 Ecart pointe pied gauche, reposer talon gauche
- 7-8 Croiser pointe pied droit devant pied gauche, reposer talon droit

SECT 2 : CHASSE TO L, ROCK BACK, ROCK FWD, ½ TURN R & STEP FWD, STOMP

- 1&2 Ecart pied gauche, assembler pied droit, écart pied gauche
- 3-4 Reculer pied droit (*Rock*), retour poids du corps sur pied gauche
- 5-6 Avancer pied droit (*Rock*), retour poids du corps sur pied gauche
- 7-8 En pivotant ½ tour à droite avancer pied droit, frapper pied gauche à côté du pied droit (6 :00)

SECT 3 : HEEL FWD, TOE BACK, HEEL FWD, STOMP, SWIVEL TO R (TOE / HEEL / TOE), STOMP

- 1&2 Toucher talon droit devant, assembler pied droit, toucher pointe pied gauche en arrière
- 3&4 Toucher talon gauche devant, assembler pied gauche, frapper pied droit à côté du pied gauche
- 5-6 Pivoter à droite pointe pied droit, pivoter à droite talon droit
- 7-8 Pivoter à droite pointe pied droit, frapper pied gauche à côté du pied droit

SECT 4 : SWIVEL TO L (TOE / HEEL / TOE), STOMP, ¼ TURN L & STEP SIDE, STOMP UP, ¼ TURN L & STEP FWD, STOMP

- 1-2 Pivoter à gauche pointe pied gauche, pivoter à droite talon gauche
- 3-4 Pivoter à gauche pointe pied gauche, frapper pied droit à côté du pied gauche
- 5-6 En pivotant ¼ de tour à gauche écart pied droit, frapper pied gauche (*sans le poser*) à côté du pied droit (3 :00)
- 7-8 En pivotant ¼ de tour à gauche avancer pied gauche, frapper pied droit à côté du pied gauche (12 :00)

PART B

SECT 1 : SWIVET TO R X2, [HEEL FWD, STEP TOGETHER] R & L

- 1-2 Pivoter pointe pied droit à droite et talon gauche à gauche (*poids du corps sur talon droit et pointe pied gauche*), retour au centre
- 3-4 Pivoter pointe pied droit à droite et talon gauche à gauche (*poids du corps sur talon droit et pointe pied gauche*), retour au centre
- 5-6 Toucher talon droit devant, assembler pied droit
- 7-8 Toucher talon gauche devant, assembler pied gauche

SECT 2 : SWIVET TO L X2, [HEEL FWD, STEP TOGETHER] L & R

- 1-2 Pivoter pointe pied gauche à gauche et talon droit à droite (*poids du corps sur talon gauche et pointe pied droit*), retour au centre
- 3-4 Pivoter pointe pied gauche à gauche et talon droit à droite (*poids du corps sur talon gauche et pointe pied droit*), retour au centre
- 5-6 Toucher talon gauche devant, assembler pied gauche
- 7-8 Toucher talon droit devant, assembler pied droit

SECT 3 : STEP DIAG FWD, TOUCH BEHIND, STEP DIAG BACK, STOMP, VINE TO L ending ¼ TURN L & SCUFF

- 1-2 Avancer pied gauche diagonale gauche, toucher pointe pied droit derrière pied gauche
- 3-4 Reculer pied droit diagonale droite, frapper pied gauche à côté du pied droit
- 5-6 Ecart pied gauche, croiser pied droit derrière pied gauche
- 7-8 En pivotant ¼ de tour à gauche avancer pied gauche, petit coup de talon droit à côté du pied gauche (9 :00)

SECT 4 : ¼ TURN L & STEP SIDE, HOOK BEHIND, ¼ TURN L & STEP FWD, ¼ TURN L & HOOK BEHIND, LARGE STEP SIDE, SLIDE, STOMP, HOLD

- 1-2 En pivotant ¼ de tour à gauche écart pied droit, plier jambe gauche derrière jambe droite (6 :00)
- 3-4 En pivotant ¼ de tour à gauche avancer pied gauche (3 :00), en pivotant ¼ de tour à gauche plier jambe droite en arrière (12 :00)
- 5-6 Ecart pied droit (*grand pas*), glisser pied gauche en direction du pied droit
- 7-8 Frapper pied gauche à côté du pied droit, pause

PART C

SECT 1 : JUMP APART DIAG FWD L, R HOOK, JUMP APART DIAG R, L HOOK, JUMP APART DIAG R, L HOOK, JUMP APART DIAG L, L HOOK

- 1-2 (*en sautant*) Ecarter pied droit en avant diagonale gauche (10 :30), retour au centre sur pied gauche (*en pliant la jambe droite en arrière*) (12 :00)
- 3-4 (*en sautant*) Ecarter pied droit en arrière diagonale droite (1 :30), retour sur pied droit (*en pliant la jambe gauche en arrière*) (1 :30)
- 5-6 (*en sautant*) Ecarter pied gauche en avant diagonale droite (1 :30), retour au centre sur pied droit (*en pliant la jambe gauche en arrière*) (12 :00)
- 7-8 (*en sautant*) Ecarter pied gauche en arrière diagonale gauche (10 :30), retour au centre sur pied droit (*en pliant la jambe gauche en arrière*) (12 :00)

SECT 2 : TWISTER KICK, KICK FWD (L, R, L), STOMP FWD

- 1-2 En pivotant ½ tour à droite petit coup de pied gauche vers l'avant, assembler pied gauche (*en pliant la jambe droite en arrière*) (6 :00)
- 3-4 En pivotant ½ tour à droite petit coup de pied droit vers l'avant, assembler pied droit (*en pliant la jambe gauche en arrière*) (12 :00)
- 5-6 Petit coup de pied gauche vers l'avant, petit coup de pied droit vers l'avant (*en assemblant pied gauche*)
- 7-8 Petit coup de pied gauche vers l'avant (*en assemblant pied droit*), frapper pied gauche vers l'avant

SECT 3 : SWIVEL HEELS TO L, SWIVEL HEELS TO L ending ½ TURN R & KICK FWD, KICK FWD, CROSS ROCK, STEP SIDE, HOOK

- 1-2 Pivoter les talons à gauche, retour au centre
- 3-4 Pivoter les talons ½ à gauche, petit coup de pied droit vers l'avant (*en donnant une tape avec la main droite sur la cuisse droite*)
- 5-6 Petit coup de pied gauche vers l'avant (*en assemblant pied droit*), croiser pied gauche devant pied droit (*Rock*),
- &7-8 Retour poids du corps sur pied droit, écart pied gauche, plier jambe droite en arrière

SECT 4 : LARGE STEP DIAG R, SLIDE, TOUCH TOE BEHIND, LARGE STEP DIAG L, SLIDE, TOUCH TOE BEHIND

- 1 Avancer pied droit diagonale droite (*grand pas*)
- 2-3-4 Glisser pied gauche en direction du pied droit sur 2 comptes, toucher pointe pied gauche derrière pied droit (*en touchant le bord du chapeau avec la main droite*)
- 5 Avancer pied gauche diagonale gauche (*grand pas*)
- 6-7-8 Glisser pied droit en direction du pied gauche sur 2 comptes, toucher pointe pied droit derrière pied gauche (*en touchant le bord du chapeau avec la main gauche*)

PART C (Final)

Remplacer les 4 derniers comptes de la partie C par :

- 5 En pivotant ½ tour à gauche avancer pied gauche diagonale gauche (*grand pas*)
- 6-7-8 Glisser pied droit en direction du pied gauche sur 2 comptes, toucher pointe pied droit derrière pied gauche (*en touchant le bord du chapeau avec la main gauche*)

