

HEEL, TOE, RODEO



Chorégraphe : Gary O'REILLY - County Sligo, IRLANDE / Novembre 2024

LINE Dance : 32 temps - 4 murs

Niveau : novice

Musique : **Cowboy up - Kaylee BELL - BPM 110 / Polka**

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - **lundi 29 septembre 2025**

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 8 temps

STOMP, HEEL & TOE & HEEL & FORWARD ROCK, TRIPLE FULL TURN

1 STOMP PD avant

2 TOUCH talon G avant

&3 SWITCH : pas PG à côté du PD - TAP PD à côté du PG

&4 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH talon G avant

&5.6 SWITCH : pas PG à côté du PD - ROCK STEP D avant, revenir sur G arrière

7&8 FULL TURN D : TRIPLE STEP D sur place : D. G. D. - **12 : 00 -**

Option 7&8 : COASTER STEP D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant

FORWARD ROCK, TURN 1/2, TURN 1/2, COASTER STEP, KICK BALL STEP

1.2 FORWARD ROCK STEP G avant, revenir sur D arrière

3.4 **FULL TURN G : 1/2 tour G pas PG avant - 1/2 tour G pas PD arrière - **12 : 00 -****

5&6 COASTER STEP G : reculer BALL PG - reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant

7&8 KICK D, BALL STEP G : KICK PD avant - pas BALL PD à côté du PG - pas PG avant

TOUCH & TOUCH & TOUCH HITCH TOUCH, RIGHT SAILOR, LEFT SAILOR 1/4

1 TOUCH pointe PD côté D

&2 SWITCH : pas PD à côté du PG - TOUCH pointe PG côté G

&3 SWITCH : pas PG à côté du PD - TOUCH pointe PD côté D

&4 HITCH genou D devant - TOUCH pointe PD côté D

5&6 SAILOR STEP D : CROSS BALL PD derrière PG - pas BALL PG côté G - pas PD côté D

7&8 SAILOR STEP G : CROSS PG derrière PD - pas PD côté D - **1/4 de tour G ... pas PG avant - **9 : 00 -****

RESTART : ici, sur le 4^{ème} mur, après 24 temps, et reprendre la Danse au début

WALK, TURN 1/2, COASTER STEP, WALK, TURN 1/2, COASTER STEP

1.2 pas PD avant - **1/2 tour D**, sur BALL du PD pas PG arrière - **3 : 00 -**

3&4 COASTER STEP D : reculer BALL PD - reculer BALL PG à côté du PD - pas PD avant

5.6 pas PG avant - **1/2 tour G**, sur BALL du PG pas PD arrière - **9 : 00 -**

7&8 COASTER STEP G : reculer BALL PG - reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant

FIN : après 8 temps du 10^{ème} mur, 1/4 de tour D . . . pas PG côté G