

# 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 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<sup>ème</sup> 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<sup>ème</sup> mur, 1/4 de tour D... pas PG côté G**