

O F Cowboy (Old Fashioned Cowboy)



Musique Old Fashioned Cowboy (Didier BEAUMONT) 109 bpm

Intro 16 temps

Chorégraphe David LECAILLON (décembre 2022)

Vidéos Tutoriel et Démonstration sur <https://www.youtube.com/c/LillyWEST>

Type 2 murs, 32 temps, Two-Step, Novice facile

Particularités 0 Tag, 0 Restart 😊

- Termes**
- Rock Step** (2 temps) : D : 1. Pas D dans la direction indiquée,
2. Remettre le Poids du Corps (PdC) sur G.
 - Cross Triple D** (2 temps) : 1. Croiser D devant G (+ Transfert Poids du Corps vers D),
Vous êtes légèrement tournée diagonale Gauche. &.Petit Pas G à G (donc Transfert PdC vers G),
2. Croiser D devant G (+ Transfert PdC vers D).
 - Behind-Side-Cross** (2 temps) : G : 1. Croiser G derrière D (Transfert PdC sur plante G),
&.Pas D à D (Transfert PdC sur plante D),
2. Croiser G devant D (Transfert PdC sur pied entier G).
 - Triple Step** (2 temps) : D : 1. Pas D dans la direction indiquée (avant, arrière, côté, diagonale...)
&.Ramener G près de D,
2. Pas D dans la même direction qu'au premier pas.
 - Heel Grind** (2 temps) : G + **1/4 tour G** : 1. Talon G avant + PdC sur G + Pointe G vers D,
(&).(Sur Talon G) Pivoter 1/4 tour G + Pivoter Pointe G vers G,
2. Revenir sur D.
 - Coaster Step** (2 temps) : G : 1. Pas G arrière (PdC sur plante G),
&.Ramener D près de G (PdC sur plante D),
2. Pas G avant (PdC sur pied entier G).

S1 : R Side Rock, R Cross Triple, L Side Rock, L Behind-Side-Cross,

- | | | |
|-------|-----------------------------|-------|
| 1 – 2 | Rock Step D à D, | 12:00 |
| 3 & 4 | Cross Triple D, | |
| 5 – 6 | Rock Step G à G, | |
| 7 & 8 | Behind-Side-Cross G, | |

S2 : R Cross, Back, R Side Triple, L 1/4 L Heel Grind,

- | | | |
|-------|------------------------------------|-------|
| 1 – 2 | Croiser D devant G, Pas G arrière, | |
| 3 & 4 | Triple Step D à D, | |
| 5 – 6 | Heel Grind G + 1/4 tour G, | 09:00 |
| 7 & 8 | Coaster Step G, | |

S3 : R Rocking Chair, R Step 1/2 L Pivot, R Step 1/2 L Pivot,

- | | | |
|-------|----------------------------------|-------|
| 1 – 2 | Rock Step D avant, | |
| 3 – 4 | Rock Step D arrière, | |
| 5 – 6 | Pas D avant, Pivoter 1/2 tour G, | 03:00 |
| 7 – 8 | Pas D avant, Pivoter 1/2 tour G, | 09:00 |

S4 : R Side Rock, R Cross Triple, 1/4 R, 1/2 R, L Forward Triple.

- | | | |
|-------|---|------------------|
| 1 – 2 | Rock Step D à D, | |
| 3 & 4 | Cross Triple D, | |
| 5 – 6 | 1/4 tour D + Pas G arrière, 1/2 tour D + Pas D avant, | 12:00 puis 06:00 |
| 7 & 8 | Triple Step G avant. | |

😊 Recommencez du début ... et gardez le sourire !! 😊