



Cowboy Up

Counts **32 / 4-wall / Intermediate, advanced**

Choreographie: **Shannon Finnegan**

Musik: **Bury The Shovel by Clay Walker**

Musik **Life In the Fast Lane by Eagles**

Suggestion **The Cowboy Way by Travis Tritt**

Scuff r, step back, twist & turn ½ r,

- 1 Rechten Hacken auf dem Boden aufschlagen & nach vorn kicken
- 2 RF Schritt zurück, RF dabei hinter dem LF schräg nach rechts weisend
- 3 + aufsetzen
- 4 Beide Hacken um 90 Grad nach links und wieder zurück drehen
 ½ Linksdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem LF

Cross-back-side r + l

- 5 + 6 RF vor dem LF kreuzen; LF etwas anheben Gewicht zurück auf den LF und
 RF Schritt nach rechts
- 7 + 8 LF vor dem RF kreuzen, RF etwas anheben Gewicht zurück auf den RF und
 LF Schritt nach links

Kick-cross-touch 2x, twist & turn ¼ l

- 1 + 2 RF nach vorn kicken RF vor dem LF kreuzen und linke Fußspitze links
- 3 + 4 auftippen
 LF nach vorn kicken LF vor dem RF kreuzen und rechte Fußspitze rechts
 auftippen

Kick-cross-touch twist & turn ¼ l

- 5 + 6 RF nach vorn kicken RF vor dem LF kreuzen und linke Fußspitze links
- 7 + auftippen
- 8 Beide Hacken um 90 Grad nach rechts und wieder zurück drehen
 ¼ Linksdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem RF

Shuffle l, step forward r, spiral ¾,

- 1 + 2 Cha-Cha nach vorn (l - r - l)
- 3 4 RF Schritt nach vorn ¾ Linksdrehung auf beiden Ballen mit Gewicht auf dem
 rechten Ballen

Rock l, syncopated weave r

- 5 6 LF Schritt nach links, RF etwas anheben Gewicht zurück auf den RF
- 7 + 8 LF vor dem RF kreuzen RF Schritt nach rechts und LF hinter dem RF kreuzen

Jumping jacks (Out-in-kick-cross-out-in-kick-cross),

- 1 + Die Füße auseinander und zusammen springen (Gewicht am Ende auf dem
- 2 + RF)
- 3 + LF nach vorn kicken und LF vor dem RF kreuzen

- 4 + Die Füße auseinander und zusammen springen (Gewicht am Ende auf dem RF)
LF nach vorn kicken und LF vor dem RF kreuzen

Jump (out-in-out-turn ¼ r-back & stomp)

- 5 + Die Füße auseinander und zusammen springen
6 + Die Füße auseinander und zusammen springen, dabei ¼ Rechtsdrehung
7 Zurück auf den RF springen, dabei die linke Hacke vorn auf tippen
+ 8 Nach vorn auf den LF springen RF neben LF aufstampfen (ohne Gewichtswechsel)

Tanz beginnt wieder von vorne

www.tornado-ffm.de

2009