

# Heel, Toe, Rodeo

Musique      **Cowboy Up** (Kaylee BELL) 110 bpm

Intro                    8 temps

Chorégraphe Gary O'REILLY (novembre 2024)

Vidéos                              Tutoriel et Démonstration sur <https://www.youtube.com/@lillywest>

Type                                32 temps, 4 murs, Polka, Novice

Particularités 1 Restart

## Section 1 : R Stomp, Heel & Toe Switches L R L, R Forward Rock, R Turning Triple with Full Turn R,

- |         |   |         |
|---------|---|---------|
| 1       | Stomp D avant ( <i>Taper Pied au sol + Transfert Poids du Corps (PdC) D</i> ),  | 12:00   |
| 2 & 3 & | Talon G avant, Ramener G près de D (+ PdC G), <b>Touch D</b> ( <i>Poser plante D près de G</i> ), Ramener D,  |         |
| 4 &     | Talon G avant, Ramener G près de D,   |         |
| 5 – 6   | <b>Rock Step D</b> avant ( <i>Pas D dans direction indiquée, Remettre Poids du Corps (PdC) sur G</i> ),   |         |
| 7 & 8   | <b>Triple Step D sur place + Tour Complet D</b><br>( <i>1/3 tour D + Petit Pas D avant, 1/3 tour D + Ramener G, 1/3 tour D + Petit Pas D avant</i> ), | (12:00) |

## S2 : L Forward Rock, Full Turn L, L Coaster Step, R Kick-ball-Step,

- |       |  |                    |
|-------|--|--------------------|
| 1 – 2 | Rock Step G avant,   |                    |
| 3 – 4 | 1/2 tour G + Pas G avant, 1/2 tour G + Pas D arrière,                                  | (06:00 puis) 12:00 |
| 5 & 6 | <b>Coaster Step G</b> ( <i>Pas G arrière, Ramener D près G + PdC D, Pas G avant</i> ), |                    |
| 7 & 8 | <b>Kick-ball-Step D</b> ( <i>Coup de pied D, Ramener D près de G, Pas G avant</i> ),   |                    |

## S3 : Toe Switches R & L & R - Hitch - R, R Sailor Step, L Turning Sailor with 1/4 L,

- |         |   |       |
|---------|---|-------|
| 1 & 2 & | Pointe D à D, Ramener D, Pointe G à G, Ramener G,   |       |
| 3 & 4   | Pointe D à D, <b>Hitch D</b> ( <i>Coup de genou en l'air</i> ), Pointe D à D,                                 |       |
| 5 & 6   | <b>Sailor Step D</b> ( <i>Croiser D derrière G, Pas G à G, Pas D à D</i> ),                                   |       |
| 7 & 8   | <b>Sailor Step G+ 1/4 tour G</b> ( <i>Croiser G derrière D+ 1/8 tr G, 1/8 tr G+ Pas D à D, Pas G avant</i> ), | 09:00 |
- Particularité : RESTART** Sur le 4<sup>e</sup> mur (commencé face 03:00), reprenez la danse du début (face 12:00)

## S4 : Walk R, 1/2 R & L Back, R Coaster Step, Walk L, 1/2 L & R Back, L Coaster Step.

- |       |  |       |
|-------|--|-------|
| 1 – 2 | Pas D avant, 1/2 tour D + Pas G arrière, | 03:00 |
| 3 & 4 | <b>Coaster Step D</b> ,                  |       |
| 5 – 6 | Pas G avant, 1/2 tour G + Pas D arrière, | 09:00 |
| 7 & 8 | <b>Coaster Step G</b> .                  |       |

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

**FIN**

Sur le 10<sup>e</sup> mur (commencé face 09:00), dansez jusqu'au compte 6 de la 1<sup>e</sup> Section (toujours à 09:00). Pour finir face à 12:00, ajoutez un quart de tour D aux comptes 7 & 8 (« *Triple Step D + Tour complet D* »), c'est-à-dire : 7 & 8 – 1 **Triple Step D + 1 tour 1/4 D** (7 & 8), **Stomp G avant** (1).