# Cowgirl 's Polka

***Choré graph*** *: Séverine Fillon*
***Description*** *: 48 comptes - 4 murs – Danse en ligne - Polka*
***Niveau*** *: Intermédiaire / avancé*
***Musique*** *: **The Old Silo** – The Sunny Cowgirl*
***Mise en page*** *: Gwen - 05/03/2012*
***Mise à jour*** *: Flo (20/04/2018)*
*Démarrag* *: Départ après 2x 8 temps, sur les paroles*

**DIAGONALLY FWD TRIPLE STEP (R & L), (HOP & HITCH ½ TURN-STEP) TWICE, JUMPING BACK STEP & KICK, STOMP-UP**

| | |
|---|---|
| 1&2 | Shuffle en diagonale av ant D PD, PG, PD |
| 3&4 | Shuffle en diagonale av ant G PG, PD, PG |
| &5 | Petit saut sur PG avec Hitch D en faisant ½ tour à D (&), Poser PD à côt é du PG |
| &6 | Petit saut sur PD avec Hitch G en faisant ½ tour à D (&), Poser PG à côt é du PD |
| 7&8 | En sautant : Pas PD de rrière avec kick G devant, revenir sur PG, Stomp- Up PD |

***Style : Vous pouvez mettre les mains sur les hanches pour les 16 premiers comptes***

**DIAGONALLY BACK TRIPLE STEP (R & L), (HOP & HITCH ½TURN- STEP) TWIC E, JUMPING BACK STEP & KICK, STOMP-UP**

| | |
|---|---|
| 1&2 | Shuffle en diagonale arrière D PD, PG, PD |
| 3&4 | Shuffle en diagonale arrière G PG, PD, PG |
| &5 | Petit saut sur PG avec Hitch D en faisant ½ tour à D (&), Poser PD à côt é du PG |
| &6 | Petit saut sur PD avec Hitch G en faisant ½ tour à D (&), Poser PG à côt é du PD |
| 7&8 | En sautant : Pas PD derrière avec kick G devant, revenir sur PG, Stomp- Up PD |

**SIDE ROCK STEP, SYNCOPATED W EAVE (R & L)**

| | |
|---|---|
| 1-2 | Rock step PD à D, revenir sur PG |
| 3&4 | Croiser PD derrière PG , PG à G, croiser PD devant PG |
| 5-6 | Rock step PG à G, revenir sur PD |
| 7&8 | Croiser PG derrière PD , PD à D, croiser PG devant PD |

**SIDE, BEHIND, STEPS ON HEELS, TO E SPLIT, TOE-HEEL-STEP ¼ TURN, (FLICK & SLAP, STOMP) TWICE**

| | |
|---|---|
| 1-2 | Pas PD à D, croiser PG derrière PD |
| &3 | Pas devant sur le talon D, Pas devant sur le talon G (pieds légèrement écarté |
| &4 | Bouger rapidement les deux pointes OUT et IN (toujours en appui sur le s talons) |
| 5&6 | Touch pointe PG à c ôté du PD, en faisant ¼ tourà G Touch talon P G de vant, Poser PG devant |
| &7 | Flick PD derrière et Slap PD avec main D, reposer Stomp PD à côté du PG |
| &8 | Flick PD derrière et Slap PD avec main D, reposer Stomp PD à côté du PG |

**HEEL & TOE & HEEL & HITCH, FW D TRIPLE STEP, SCUFF-HITCH-STOMP, ½ TU RN & HITCH, TRIPLE STEP**

| | |
|---|---|
| 1& | Touch talon PD devant, poser PD devant PG et pointer PG derrière talon PD |
| 2& | Poser PG derrière PD et Touch talonPD devant, poser PD devant PG et Hitch G |
| 3&4 | Shuffle en avant PG, P D, PG |
| 5&6 | Scuff PD, Hitch D en tapant main D sur cuisse D, Stomp PD devant |
| & | ½ tour à G avec Hitch G en tapant main G sur cuisse G |
| 7&8 | Shuffle en avant PG, P D, PG |

**HEEL & TOE & HEEL & HITCH, FW D TRIPLE STEP, SCUFF-HITCH-STOMP, ½ TU RN & HITCH, TRIPLE STEP**

| | |
|---|---|
| 1& | Touch talon PD devant, poser PD devant PG et pointer PG derrière talo n PD |
| 2& | Poser PG derrière PD et Touch talonPD devant, poser PD devant PG et Hitch G |
| 3&4 | Shuffle en avant PG, P D, PG |
| 5&6 | Scuff PD, Hitch D en t apant main D sur cuisse D, Stomp PD devant |
| & | ½ tour à G avec Hitch G en tapant main G sur cuisse G |
| 7&8 | Shuffle en avant PG, P D, PG |

*Recomm encez et gardez le sourire*