

Cowboy Up

32 count / 4-wall / Intermediate, advanced

Choreographie:

Shannon Finnegan

Musik:

Bury The Shovel by

Life In the Fast Lane by

The Cowboy Way by

Clay Walker

Eagles

Travis Tritt

Scuff r, step back, twist & turn $\frac{1}{2}$ r, cross-back-side r + l

- 1 RF nach vorn kicken, dabei mit dem Hacken auf dem Boden aufschlagen
- 2 RF Schritt zurück, RF dabei hinter dem LF schräg nach rechts weisend aufsetzen
- 3+ Beide Hacken um 90 Grad nach links und wieder zurück drehen
- 4 $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem LF
- 5 RF vor dem LF kreuzen; LF etwas anheben
- +6 Gewicht zurück auf den LF und RF Schritt nach rechts
- 7 LF vor dem RF kreuzen, RF etwas anheben
- +8 Gewicht zurück auf den RF und LF Schritt nach links

Kick-cross-touch 3x, twist & turn $\frac{1}{4}$ l

- 1 RF nach vorn kicken
- +2 RF vor dem LF kreuzen und linke Fußspitze links auftippen
- 3 LF nach vorn kicken
- +4 LF vor dem RF kreuzen und rechte Fußspitze rechts auftippen
- 5 RF nach vorn kicken
- +6 RF vor dem LF kreuzen und linke Fußspitze links auftippen
- 7+ Beide Hacken um 90 Grad nach rechts und wieder zurück drehen
- 8 $\frac{1}{4}$ Linksdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem RF

Shuffle l, step forward r, spiral $\frac{3}{4}$, rock l, syncopated weave r

- 1+2 Cha-Cha nach vorn (l - r - l)
- 3 RF Schritt nach vorn
- 4 $\frac{3}{4}$ Linksdrehung auf beiden Ballen mit Gewicht auf dem rechten Ballen
- 5 LF Schritt nach links, RF etwas anheben
- 6 Gewicht zurück auf den RF
- 7 LF vor dem RF kreuzen
- +8 RF Schritt nach rechts und LF hinter dem RF kreuzen

Jumping jacks (Out-in-kick-cross-out-in-kick-cross), jump (out-in-out-turn $\frac{1}{4}$ r-back & stomp)

- 1+ Die Füße auseinander und zusammen springen (Gewicht am Ende auf dem RF)
- 2+ LF nach vorn kicken und LF vor dem RF kreuzen
- 3+ Die Füße auseinander und zusammen springen (Gewicht am Ende auf dem RF)
- 4+ LF nach vorn kicken und LF vor dem RF kreuzen
- 5+ Die Füße auseinander und zusammen springen
- 6+ Die Füße auseinander und zusammen springen, dabei $\frac{1}{4}$ Rechtsdrehung
- 7 Zurück auf den RF springen, dabei die linke Hacke vorn auftippen
- + Nach vorn auf den LF springen
- 8 RF neben LF aufstampfen (ohne Gewichtswchsel)

Repeat