



CHEYENNE WOMAN



Niveau:

Type : Danse en couple

Comptes : 48 comptes, en cercle

Chorégraphe: Arne Stakkestad

Musique: Be My Cheyenne Woman / René Guylline

Position : Face à Face, Position Polka

SECTION 1: H: SIDE TOE STRUT, CROSS TOE STRUT X2

F: SIDE TOE STRUT, CROSS TOE STRUT X2

1-2 H: Strut PG à Gauche

F: Strut PD à droite

3-4 H: Strut PG devant PD

F: Strut PD croisé devant PG

5-6 H: Strut PG à Gauche

F: Strut PD à Droite

7-8 H: Strut PD croisé devant PG

F: Strut PG devant PD

SECTION 2: H: ¼ TURN AND SHUFFLE X4 Etendre les bras devant, ensuite lâcher les mains

F: ¼ TURN AND SHUFFLE X4 Etendre les bras devant, ensuite lâcher les mains

1&2 H: Shuffle PG avec ¼ Tour à Gauche (G-D-G)

F: Shuffle PD avec ¼ tour à Droite (D-G-D)

3&4 H: Shuffle PD avec ¼ Tour à Gauche (D-G-D)

F: Shuffle PG avec ¼ Tour à Droite (G-D-G)

5&6 H: Shuffle PG avec ¼ Tour à Gauche (G-D-G)

F: Shuffle PD avec ¼ tour à Droite (D-G-D)

7&8 H: Shuffle PD avec ¼ Tour à Gauche (D-G-D)

F: Shuffle PG avec ¼ Tour à Droite (G-D-G)

Retour position de départ

SECTION 3: H: DIAGONAL SHUFFLES X4

F: DIAGONAL SHUFFLES X4

1 & 2 H: Shuffle incliné PG avant

F: Shuffle incliné PD arrière

3&4 H: Shuffle incliné PD avant

F: Shuffle incliné PG arrière

5&6 H: Shuffle incliné PG arrière

F: Shuffle incliné PD avant

7&8 H: Shuffle incliné PD arrière

F: Shuffle incliné PG avant

SECTION 4: H: SIDE STEP, KICK, SIDE STEP, KICK, ROCKING CHAIR

F: SIDE STEP, KICK, SIDE STEP, KICK, ROCKING CHAIR

1-2 H: Ecarter PG-Kick PD diagonal droit avec clap MD dans main droite de la dame

F: avec clap MD dans main droite de Monsieur

3-4 H: Ecarter PD-Kick diagonal gauche avec clap MG dans MG de la dame

F: Ecarter PG-kickPD entre les jambes de Monsieur avec clap PG dans MG de Monsieur

5-6 H: Rock Step PG avant

F: Rock Step PD arrière

7-8 H: Rock Step PG arrière

F: Rock Step PD avant

SECTION 5: H: WALK FULL SIDE BY SIDE, SIDE SHUFFLES

F: WALK FULL SIDE BY SIDE, SIDE SHUFFLES

1 H: Avancer PG avec $\frac{1}{4}$ Tour à Droite

F: Avancer PD avec $\frac{1}{4}$ Tour à Droite

2 H: Avancer PD avec $\frac{1}{4}$ Tour à Droite

F: Avancer PG avec $\frac{1}{4}$ Tour à Droite

3 H: Avancer PG avec $\frac{1}{4}$ Tour à Droite

F: Avancer PD avec $\frac{1}{4}$ Tour à Droite

4 H: Avancer PD avec $\frac{1}{4}$ Tour à Droite

F: Avancer PG avec $\frac{1}{4}$ Tour à Droite

5&6 H: Shuffle à Gauche

F: Shuffle à Droite

7&8 H: Shuffle à droite

F: Shuffle à Gauche

SECTION 6: H: SHUFFLES $\frac{1}{2}$ X4 MOVE FORWARD Ensemble en Polka

F: SHUFFLES $\frac{1}{2}$ X4 MOVE FORWARD Ensemble en Polka

1&2 H: Shuffle PG $\frac{1}{2}$ Tour à Droite

F: Shuffle PD $\frac{1}{2}$ Tour à Droite

3&4 H: Shuffle PD $\frac{1}{2}$ Tour à Droite

F: Shuffle PG $\frac{1}{2}$ Tour à Droite

5&6 H: Shuffle PG $\frac{1}{2}$ Tour à Droite

F: Shuffle PD $\frac{1}{2}$ Tour à Droite

7&8 H: Shuffle PD $\frac{1}{2}$ Tour à Droite

F: Shuffle PG $\frac{1}{2}$ Tour à Droite

RECOMMENCEZ AU DEBUT