



## **Cowboy Strut**

**Choreographie:**

**James Towner & Ruth Sturges**

**Musik**

**Life's a dance by John Michael Montgomery**

**MusikSuggestion:**

**Walking to Jerusalem by Tracy Byrd**

**Get into Reggae Cowboy Bellamy Brothers**

### **Heel struts forward**

- 1 2 RF Schritt nach vorn, nur die Hacke aufsetzen Rechte Fußspitze absenken  
3 4 LF Schritt nach vorn, nur die Hacke aufsetzen Linke Fußspitze absenken

### **Heel struts forward**

- 5 6 RF Schritt nach vorn, nur die Hacke aufsetzen Rechte Fußspitze absenken  
7 8 LF Schritt nach vorn, nur die Hacke aufsetzen Linke Fußspitze absenken

### **Jazz box with ¼ turn,**

- 1 RF vor dem LF kreuzen  
2 LF Schritt zurück  
3 ¼ Rechtsdrehung auf dem linken Ballen und RF Schritt nach vorn  
4 LF an rechten heransetzen

### **Kick, kick, side, behind**

- 5-6 RF 2x nach vorn kicken  
7 8 RF Schritt seitwärts LF hinter RF kreuzen

### **Side, touch, step, pivot**

- 1 2 RF Schritt seitwärts LF neben RF auftippen  
3 4 LF Schritt nach vorn ½ Rechtsdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem RF

### **Pivot , hip bumps I 2x**

- 5-6 LF Schritt nach vorn ½ Rechtsdrehung auf beiden Ballen, Gewicht am Ende auf dem RF  
7-8 Hüften 2x nach links schwingen

### **Hip bumps r, single hip bumps**

- 1-2 Hüften 2x nach rechts schwingen  
3-4 Hüften abwechselnd nach links, rechts,

### **Single hip bumps, side, behind**

- 5 6 links und nach rechts schwingen  
7 8 LF Schritt seitwärts RF hinter LF kreuzen

### **Side, close, hop, hop,**

- 1 LF Schritt seitwärts  
2 RF an LF heransetzen  
3-4 2x nach vorn hüpfen

### **Monterey turn**

- 5 6 RF Spitze rechts auftippen ½ Rechtsdrehung auf dem linken Ballen und RF an LF heransetzen  
7 8 Linke Fußspitze links auftippen LF an RF heransetzen

### **Full turn r,**

- 1 RF Schritt seitwärts  
2 ¼ Rechtsdrehung auf dem rechten Ballen und LF vor dem RF kreuzen  
3 ¼ Rechtsdrehung auf dem linken Ballen und RF Schritt nach rechts

4            ½ Rechtsdrehung auf dem rechten Ballen und LF Schritt zurück

**Sailor shuffle r + l**

5 + 6        RF hinter LF kreuzen LF Schritt seitwärts und Gewicht zurück auf den RF

7 + 8        LF hinter RF kreuzen RF Schritt seitwärts und Gewicht zurück auf den LF

**Tanz beginnt wieder von vorne**

<http://www.tornado-ffm.de/>