

# Cowgirls Twist

Level: 32 counts / 4-wall / Beginner  
Choreografie: Bill Bader (2003-07)  
Musik: What The Cowgirls Do von Vince Gill  
Cherokee Boogie von BR 5-49  
Honky Tonk Twist von Scooter Lee  
Cowgirl Twist von Dave Sheriff  
Mambo No. 5 von Lou Bega  
The Twist von Chubby Checker oder Ronnie McDowell  
Do You Love Me von The Contours  
That's What I Like" von Jive Bunny & The Master Mixers

## **4 x HEEL STRUTS**

1, 2 rechten Hacken vorn aufsetzen, dann rechten Fußballen absetzen  
3, 4 linken Hacken vorn aufsetzen, dann linken Fußballen absetzen  
5, 6 rechten Hacken vorn aufsetzen, dann rechten Fußballen absetzen  
7, 8 linken Hacken vorn aufsetzen, dann linken Fußballen absetzen

## **3 x BACK, TOGETHER, TRAVELING SWIVELS L, HOLD**

1, 2 RF nach hinten stellen, LF nach hinten stellen  
3, 4 RF nach hinten stellen, LF neben RF stellen  
5, 6 beide Hacken nach links drehen, beide Fußspitzen nach links drehen  
7, 8 beide Hacken nach links drehen, die Position einen Count halten

## **TRAVELING SWIVELS R, HOLD, HEEL SWIVELS, HOLDS**

1, 2 beide Hacken nach rechts drehen, beide Fußspitzen nach rechts drehen  
3, 4 beide Hacken nach rechts drehen, die Position einen Count halten  
5, 6 beide Hacken nach links drehen, die Position den Count halten  
7, 8 beide Hacken nach rechts drehen, die Position einen Count halten

## **HEEL SWIVELS, HOLD, SLOW ¼ PIVOT TURN L WITH HOLDS**

1, 2 beide Hacken nach links drehen, beide Hacken nach rechts drehen  
3, 4 beide Hacken wieder zur Mitte zurück drehen, die Position einen Count halten  
5, 6 RF nach vorn stellen, die Position einen Count halten  
7, 8 auf beiden Fußballen ¼ Drehung links herum ausführen, die Position einen Count halten

**Der Tanz beginnt wieder von vorne**