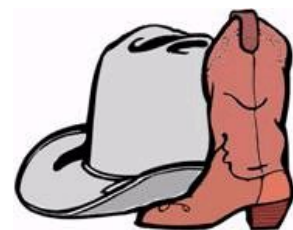


# Down On Your Uppers



CowCountry Rangers

**Difficulté :** Débutants

**Musique :** Down On Your Uppers - Derek Ryan

**Type :** Ligne, 4 murs, 32 temps, 32 pas

**Intro :** 32 temps commencer la danse sur la section instrumentale

**Rythme :**

**Chorégraphe :** Gary O'Reilly (Septembre 2017)

cowcountry-rangers.ch 16 novembre 2017

## 1 à 8 Twist, Twist, Heel, Hook, Forward, Touch, Back, Touch

- 1 - 2 Pivoter les talons à droite - Pivoter les talons vers le centre
- 3 - 4 Toucher Talon Droit vers la diagonale droite - **(Hook)** Pied Droit croise devant le tibia du pied gauche
- 5 - 6 Pied Droit avant vers la diagonale - Pied Gauche touche à côté du pied droit
- 7 - 8 Pied Gauche arrière vers la diagonale - Pied Droit touche à côté du pied gauche

## 9 à 16 Grapevine R, Grapevine 1/4 L Brush

- 1 - 2 Pied Droit à droite - Pied Gauche croise derrière pied droit
- 3 - 4 Pied Droit à droite - Pied Gauche touche à côté pied droit
- 5 - 6 Pied Gauche à gauche - Pied Droit croise derrière Pied gauche
- 7 - 8 Pied Gauche 1/4 de tour à gauche - **(Brush)** Pied Droit à côté pied gauche (9:00)

## 17 à 24 R Rocking Chair, R Heel Strut, L Heel Strut

- 1 - 2 Pied Droit en avant - Revenir sur Pied Gauche en arrière
- 3 - 4 Pied Droit en arrière - Revenir sur Pied Gauche en avant
- 5 - 6 Pied Droit Talon avant - Pied Droit posé au sol
- 7 - 8 Pied Gauche Talon avant - Pied Gauche posé au sol

## 25 à 32 Forward, Swivel Heel/Toe/Heel, Forward, Swivel Heel/Toe/Stomp

- 1 - 2 Pied Droit vers la diagonale droite - Pied Gauche pivoté le talon vers la droite
- 3 - 4 Pivoter la pointe vers la droite - Pivoter le talon vers la droite
- 5 - 6 (Stomp) Pied Gauche avant vers la diagonale gauche - Pivoter talon droit à gauche
- 7 - 8 Pivoter la pointe droit à gauche - (Stomp) Pied Droit à côté pied gauche

**Recommencez au début avec le sourire !**

Gérald & Chantal Vonlanthen Cours de danse +41 (0)26 475 34 20  
+41 (0)79 382 05 27

[www.cowcountry-rangers.ch](http://www.cowcountry-rangers.ch)

Fribourg  
1720 Corminboeuf