



P & D POLKA

Chorégraphiée par **Pim Van Grootel**

Description :	32 temps, 2 murs, Novice
Style :	(Lilt) Polka
Musique :	"Cowboy Charleston" aka "Thirty Days" by The Tractors ; 114 bpm
Source :	http://www.kickit.to
Traduction :	Sandra Baraffe (Mail : misssweetie59@hotmail.fr)

Comptes	Description des pas	Termes appropriés	Direction
Section 1	SHUFFLE FORWARD, STEP, 1/2 TURN, STEP, SCUFF 1/2 TURN, COASTER STEP		
1&2	Pas du pied D à l'avant, ramener le pied G vers le pied D, pas du pied D à l'avant	TRIPLE STEP	
3-4	Pas du pied G à l'avant, faire 1/2 tour à D finir poids du corps sur pied D	STEP TURN	1/2 tour à D
5-6	Pas du pied G à l'avant, brosser le sol avec le talon du pied D en faisant 1/2 tour à G	STEP, SCUFF	1/2 tour à G
7&8	Pas du pied D à l'arrière, ramener le pied G à côté du pied D, pas du pied D à l'avant	COASTER STEP	
Section 2	1/4 TURN SIDE SHUFFLE, KICK BALL CROSS, SIDE SHUFFLE, KICK BALL CROSS		
1&2	Pas du pied G à G en 1/4 tour à G, ramener le pied D à côté du pied G, pas du pied G à G	TRIPLE STEP	1/4 tour à G
3&4	Coup de pied D en diagonale avant, ramener le pied D à côté du pied G, croiser le pied G devant le pied D	KICK BALL CROSS	
5&6	Pas du pied D à D, ramener le pied G à côté du pied D, pas du pied D à D	TRIPLE STEP	
7&8	Coup de pied G en diagonale avant, ramener le pied G à côté du pied D, croiser le pied D devant le pied G	KICK BALL CROSS	
Section 3	CROSS SHUFFLE FULL TURN, ROCK, RECOVER, SAILOR STEP		
1	Croiser le pied G devant le pied D en 1/4 tour à D	CROSS	1/4 tour à D
&	Petit pas du pied D à D	STEP	
2	Croiser le pied G devant le pied D en 1/4 tour à D	CROSS	1/4 tour à D
&	Petit pas du pied D à D	STEP	
3	Croiser le pied G devant le pied D en 1/4 tour à D	CROSS	1/4 tour à D
&	Petit pas du pied D à D	STEP	
4	Croiser le pied G devant le pied D en 1/4 tour à D	CROSS	1/4 tour à D
5-6	Pas du pied D à D, revenir poids du corps sur le pied G	ROCK STEP	
7&8	Croiser légèrement le pied D derrière le pied G, pas du pied G à G, pas du pied D légèrement à l'avant	SAILOR STEP	
Section 4	BEHIND, SIDE, CROSS, ROCK, 1/4 TURN, SHUFFLE 1/2 TURN, COASTER STEP		
1&2	Croiser le pied G derrière le pied D, pas du pied D à D, croiser le pied G devant le pied D	CROSS, STEP, CROSS	
3-4	Pas du pied D à D, revenir poids du corps sur le pied G en 1/4 tour à G	ROCK STEP	1/4 tour à G
5&6	Pas du pied D à D en 1/4 tour à G, ramener le pied G à côté du pied D, pas du pied D à l'arrière en 1/4 tour à G	TRIPLE STEP	1/2 tour à G
7&8	Pas du pied G à l'arrière, ramener le pied D à côté du pied G, pas du pied G à l'avant	COASTER STEP	

