

# Sweetback Polka (fr)

拍數: 32      牆數: 2      級數: Novice - Improver  
編舞者: Don Pascual (FR) - Septembre 2011  
音樂: I Want to Be a Real Cowboy Girl - The Sweetback Sisters



Démarrer sur les paroles (start on vocals)

**Section 1: Heel R fwd, hook R, shuffle to the R, heel L fwd, hook L, L shuffle fwd**

1-2      Talon D diago D devant, hook  
3&4      Pas chassé D vers la droite  
5-6      Talon G diago G devant, hook  
7&8      Triple step G avant

**Section 2: R heel grind, behind, side, cross, L heel grind, behind, side, cross**

1-2      Heel grind D devant ( poser pied G à gauche sur le temps 2)  
3&4      Croiser Pied D derrière, pied G à gauche, croiser P D devant  
5-6      Heel grind G devant ( poser pied D à droite sur le temps 6)  
7&8      Croiser Pied G derrière, pied D à droite, croiser P G devant

**Section 3: Step R fwd, touch L beside R, kick L, touch L beside R, mashed potatoes x2, point L behind R, ½ T to the L**

1-2      Pied D devant, touch G à côté D (avec genou G vers intérieur)  
3-4      Kick G dans diagonale G, touch G à côté D (avec genou G vers intérieur)  
&5&6      Mashed potatoes G, mashed potatoes D vers arrière  
7-8      Pointe G derrière, ½ T Gauche (finir appui gauche)

**Option facile: Les mashed potatoes peuvent être remplacés par 2 pas G et D vers arrière en faisant des sweep**

( Easy option:Mashed potatoes can be replaced with two steps back with sweep)

**Section 4: R heel strut, L beside R & R heel strut, heel switches L &R, stomp L beside R, slap x2**

1-2      Heel strut D dans diago D  
&3-4      Pied G à côté pied D, heel strut D dans diago D  
5&6      Talon G devant, pied G à côté D, talon D devant  
&7&8      Pied D à côté G, stomp G à côté D, slap mains sur cuisses (vers arrière et vers avant avec jambes légèrement fléchies)

**Tag: (end of wall 5 & 12: step turn x2)**

**A la fin des murs 5 et 12 ( après les morceaux de Yoddle) ajouter les pas suivants:**

**Step turn x 2:**

1-2      Pied D devant, ½ T gauche  
3-4      Pied D devant, ½ T gauche

**Style: Avec la main droite maniez un lasso (handle a lasso with your right hand)**

**Recommencez avec le sourire...**

**Contact: [countryscal@orange.fr](mailto:countryscal@orange.fr)**