



The Nowland Country Dancers



Irish Bowing (Januari 2024)
Choreografie : Séverine Fillion
Soort dans : 2 muurs lijndans
Niveau : Phrased Intermediate
Tellen : 64
Intro : 32 tellen

Muziek : Pushin' the Bow
Artiest : Ashleigh Dallas
Tempo : 140 BPM

Volgorde: A - B - B - Tag 1 - A - A - B - B - Tag 1 - Tag 2 - A - A - B - B - Tag 1 - A

DEEL A

(Style optie: Handen op de heupen)

S1: TOUCH FWD, R HEEL TWIST, HOOK, POINT FWD, FLICK, STOMP FWD, TRIPLE FWD, STEP, PIVOT 1/2 TURN

1 RV tik voor
& RV draai hak rechts
2 RV draai hak terug midden
& RV buig voor LB
3 RV tik teen voor
& RV flick
4 RV stamp voor
5 LV stap voor
& RV stap naast LV
6 LV stap voor
7 RV stap voor
8 RV+LV 1/2 pivot turn linksom (6)

S2: TOUCH FWD, R HEEL TWIST, HOOK, POINT FWD, FLICK, STOMP FWD, TRIPLE FWD, STEP, PIVOT 1/2 TURN

1 RV tik voor
& RV draai hak rechts
2 RV draai hak terug midden
& RV buig voor LB
3 RV tik teen voor
& RV flick
4 RV stamp voor
5 LV stap voor
& RV stap naast LV
6 LV stap voor
7 RV stap voor
8 RV+LV 1/2 pivot turn linksom (12)

S3: HEEL & TOUCH & HEEL & HEEL & TOUCH & HEEL & SIDE POINT, CLAP CLAP

1 RV tik hak voor
& RV stap naast LV
2 LV tik teen achter RV
& LV gewicht op LV
3 RV tik hak voor
& RV stap naast LV
4 LV tik hak voor
& LV stap naast RV
5 RV tik teen achter LV
& RV gewicht op RV
6 LV tik hak voor
& LV stap naast RV
7 RV tik teen opzij & Klap
8 Klap

S4: JUMP DIAGONALLY FWD- BOUNCE (RIGHT & LEFT), JUMP DIAGONALLY BACK BOUNCE (R & L)

& RV sprongetje diagonaal rechts voor
1 LV stap naast RV
& RV+LV hakken omhoog
2 RV+LV hakken terug
& LV sprongetje diagonaal links voor
3 RV stap naast LV
& LV+RV hakken omhoog
4 LV+RV hakken terug
& RV sprongetje diagonaal rechts achter
5 LV stap naast RV
& RV+LV hakken omhoog
6 RV+LV hakken terug
& LV sprongetje diagonaal links achter
7 RV stap naast LV
& LV+RV hakken omhoog
8 LV+RV hakken terug



DEEL B BRIDGES

S1: SIDE ROCK, BEHIND, SIDE, HEEL GRIND TRAVELLING TO LEFT, BEHIND, SIDE

- 1 RV rock opzij
- 2 LV gewicht terug
- 3 RV stap gekruist achter LV
- 4 LV stap opzij
- 5 RV stap op hak voor, draai tenen rechts
- 6 LV stap opzij
- 7 RV stap gekruist achter LV
- 8 LV stap opzij

S2: HEEL GRIND 1/4 TURN R, BACK ROCK, HEEL GRIND 1/4 TURN R, BACK ROCK 1

- RV stap op hak voor, draai tenen rechts en maak een 1/4 draai rechtsom (3)
- 2 LV gewicht op LV
- 3 RV rock achter
- 4 LV gewicht terug
- 5 RV stap op hak voor, draai tenen rechts en maak een 1/4 draai rechtsom (6)
- 6 LV gewicht op LV
- 7 RV rock achter
- 8 LV gewicht terug

S3: STEP FWD, SCUFF, STEP FWD, SCUFF, STEP, PIVOT 1/2 TURN, SCUFF, STOMP, STOMP

- 1 RV stap voor
- 2 LV scuff
- 3 LV stap voor
- 4 RV scuff
- 5 RV stap voor
- 6 RV+LV 1/2 pivot turn linksom (12)
- 7 RV scuff
- & RV stamp
- 8 LV stamp naast RV

S4: STEP FWD, SCUFF, STEP FWD, SCUFF, STEP, PIVOT 1/2 TURN, SCUFF, STOMP, STOMP

- 1 RV stap voor
- 2 LV scuff
- 3 LV stap voor
- 4 RV scuff
- 5 RV stap voor
- 6 RV+LV 1/2 pivot turn linksom (6)
- 7 RV scuff
- & RV stamp

8 LV stamp naast RV

Brug 1 - 4 tellen.

Deze brug komt elke keer als je terug keert op 12.00 uur tijdens de 2e keer deel B.

S1: JAZZ BOX

- 1 RV stap gekruist voor LV
- 2 LV stap achter
- 3 RV stap opzij
- 4 LV stap voor

Brug 2 - 16 tellen. Deze komt nadat je brug 1 voor de 2e keer gedanst hebt. **S1: JUMP SIDE & TOUCH, HOLD, ROCKS STEPS (FWD, SIDE, BACK)**

- & RV sprongetje opzij
- 1 LV tik teen naast RV
- 2 Rust

Optie: Streck beide armen links en kijk naar links Op tel 4 de armen weer terug.

- 3 LV rock voor
- 4 RV gewicht terug
- 5 LV rock opzij
- 6 RV gewicht terug
- 7 LV rock achter
- 8 RV gewicht terug

S2: JUMP SIDE & TOUCH, ROCKS STEPS (FWD, SIDE BACK)

- & LV sprongetje opzij
- 1 RV tik teen naast LV
- 2 Rust

Optie: Streck armen rechts en kijk naar rechts Op tel 4 de armen weer terug.

- 3 RV rock voor
- 4 LV gewicht terug
- 5 RV rock opzij
- 6 LV gewicht terug
- 7 RV rock achter
- 8 LV gewicht terug