

## **HOLD YOUR HORSES**

Coreografia de: AT Kinson & Tom Mickers (Abril 01)

Música: Hold Your Horses per E-Type

Descripció: 64 temps - 4 parets. Ball d'intermedis/Avançats

Traducció al Català: Rafel Corbí (Abril 2009)

Comencem el ball mirant a la paret de les 3:00 (la de la nostra dreta). Nota del coreògraf: Tots els moviments de braços són opcionals

### **KICK BALL STEP, STEP 1/4 TURN LEFT, SKATES FORWARD**

1&2 Puntada (Kick) peu dret a la dreta, peu dret al costat de l'esquerre, pas peu esquerre endavant

3-4 Pas peu dret endavant. Pas peu esquerre fent 1/4 de volta a l'esquerra (pes sobre el peu esquerre)

5-6 Skate peu dret endavant i en diagonal a la dreta. Skate peu esquerre endavant i en diagonal a l'esquerra

7-8 Skate peu dret endavant i en diagonal a la dreta. Skate peu esquerre endavant i en diagonal a l'esquerra

L'skate es un pas com de patinatge, com si volguéssim patinar sobre els peus

### **RIGHT & LEFT SIDE STEPS, TAPS BEHIND, TRO BACK**

9-10 Pas peu dret a la dreta. Toc punta peu esquerre darrera del peu dret

11-12 Pas peu esquerre a l'esquerra. Toc punta peu dret darrera del peu esquerre

&13&14 Galop enrere amb passos dret, esquerre, dret, esquerre (peus separats com les espatlles)

&15&16 Galop enrere amb passos dret, esquerre, dret, esquerre (peus separats com les espatlles)

Braços (opcional): Durant el galop enrere

(&13-&16) Mà esquerre endavant com agafant les regnes del cavall i la mà dreta fa anar un llaç amunt

### **GRAPEVINE RIGHT & LEFT WITH ARMS MOVES**

17-18 Pas peu dret a la dreta, creuem l'esquerre per darrera del dret

19-20 Pas peu dret a la dreta, toc peu esquerre al costat del dret

21-22 Pas peu esquerre a l'esquerra, creuem el dret per darrera de l'esquerre

23-24 Pas peu esquerre a l'esquerra, toc peu dret al costat de l'esquerre

Braços: Moviment de braços opcionals durant aquests grapevines

(17) Amb la mà esquerre empenyem el braç dret a l'alçada de les espatlles, que està paral·lel al terra i amb el puny tancat.

(18) Amb la mà dreta empenyem el braç esquerre a l'alçada de les espatlles, que està paral·lel al terra i amb el puny tancat.

(19-20) Amb les mans toquem les espatlles. Baixem les mans avall, a la cintura.

(21-24) En el grapevine a l'esquerra fem els mateixos moviments però començant amb la mà dreta empenyent el braç esquerre.

### **KNEE KNOCKS OUT & IN**

Amb els peus junts i genolls un pel doblegats, obrim i tanquem els genolls endins i enfora durant 8 temps

Braços: Moviment de braços opcionals durant aquests knee knocks

(25-28) Amb el cos una mica a la dreta, braç esquerre endavant i en paral·lel al terra i desplaçant-se cap a l'esquerra en 4 temps

(29-32) Amb el cos una mica a l'esquerra, braç dret endavant i en paral·lel al terra i desplaçant-se cap a la dreta en 4 temps

### **KICK, POINT, CROSS BACK, TOE & HEEL, & TOUCH 1/2 TURN RIGHT**

33-34 Pas peu esquerre endavant, kick peu dret endavant amb la punta mirant al terra

35-36 Creuem el peu dret per davant l'esquerre, pas peu esquerre enrere

37&38 Punta peu dret a la dreta, peu dret al costat de l'esquerre, toc taló esquerre endavant

&39 Pas peu esquerre al costat del dret, toc punta peu dret enrere

40 Sobre el peu esquerre i posant el pes al peu dret, fem 1/2 volta a la dreta

### **STEP SCUFF, STEP, STOMP, HEEL SWIVELS, STEP TOGETHER**

41-42 Pas endavant peu esquerre, scuff peu dret endavant

43-44 Pas peu dret al costat de l'esquerre, stomp peu esquerrer davant del dret

45 Sobre les puntes d'ambdós peus, movem els talons a l'esquerra

&46 Movem talons al mig, talons a l'esquerra

47-48 Pas peu esquerre enrere, pas peu dret al costat de l'esquerre

49-64 Repetim els passos del 33 al 48 de nou

### **TAG: Per ballar-lo al final de la 2a i la 4a repetició. RIGHT & LEFT GRAPEVINES WITH TOUCH**

1-2 Pas peu dret a la dreta, creuem l'esquerre per darrera del dret

3-4 Pas peu dret a la dreta, toc peu esquerre al costat del dret

5-6 Pas peu esquerre a l'esquerra, creuem el dret per darrera de l'esquerre

7-8 Pas peu esquerre a l'esquerra, toc peu dret al costat de l'esquerre

Braços: Ambdós braços paral·lels al terra a l'alçada del pit i els fem girar endavant en cercle

### **PADDLE FULL TURN LEFT, PADDLE FULL TURN RIGHT**

9 Fent 1/4 de volta a l'esquerra sobre el peu esquerre, punta peu dret a la dreta

10-12 Repetim aquest moviment tres vegades més, i en el temps 12 pas peu dret al costat de l'esquerre

13 Fent 1/4 de volta a la dreta sobre el peu dret, punta peu esquerre a l'esquerra

14-16 Repetim aquest moviment tres vegades més, i en el temps 16 pas peu esquerre endavant

Braços: Ambdós braços paral·lels al terra a l'alçada del pit i els fem girar endavant en cercle

Balls Country.com

Apartat 256. Palafrugell 17200 Girona. Tel. 625-149741

[ballscountry@europeanema.com](mailto:ballscountry@europeanema.com) [www.ballscountry.com](http://www.ballscountry.com)

El copyright pertany al coreògraf esmentat dalt de la fulla de ball.. Descripció de passos ©Ballscountry.com.

És donat permís per part del coreògraf i/o el traductor i BallsCountry.com per copiar i ensenyar aquest ball sempre que res en sigui alterat.