

Return to the West (it)

COPPER **KNOB**
STEPSHEETS

拍數: 88 牆數: 2 級數: Phrased Intermedio
編舞者: Stefano Ciaccio (IT) - March 2025
音樂: Buffalo Return To the Plains - Jimmy LaFave



Struttura: Frasato; 2 Muri; Parte A: 32 Conteggi, Parte B: 56 Conteggi, Tag1: 32 Conteggi, Tag2: 8 Conteggi, Finale: 32 Conteggi.

Sequenza: A - A - B - TAG 1 - A - A - B - TAG 2 - B - TAG 1 - A - A - B - TAG2 - B- TAG1- FINALE Livello: Intermedio

Parte A

Sezione 1: V-STEP, KICK DX, HOOK DX, KICK DX, FLICK DX

1. Portare il piede destro in diagonale in avanti e verso l'esterno appoggiandosi solo al tacco destro. Il peso si sposta su questo piede.
2. Portare il piede sinistro in diagonale in avanti e verso l'esterno appoggiandosi solo al tacco sinistro alla stessa altezza del piede destro. Il peso si sposta su questo piede.
3. Riportare il piede destro indietro alla posizione iniziale.
4. Riportare il piede sinistro indietro alla posizione iniziale unendo al piede destro.
5. Calcio destro in avanti.
6. Piegando il ginocchio destro agganciare la gamba destra davanti alla gamba sinistra.
7. Calcio destro in avanti. 8. Piegare il ginocchio destro portando il piede all'indietro.

Section 2: STEP DX, HOOK SX, STEP BACK SX, HOOK DX, STEP-LOCK-STEP DX, HOLD

1. Passo destro in avanti.
2. Piegando il ginocchio sinistro agganciare la gamba sinistra dietro la gamba destra.
3. Riportare il piede sinistro nella posizione di partenza.
4. Piegando il ginocchio destro agganciare la gamba destra davanti alla gamba sinistra.
5. Passo destro in avanti.
6. Portare il collo del piede sinistro dietro alla caviglia destra.
7. Passo destro in avanti.
8. Pausa.

Section 3: STEP SX, HALF TURN TO RIGHT, TOE STRUT SX, HALF TURN TO SX TOE STRUT x2

1. Passo sinistro in avanti.
2. Ruotare di mezzo giro verso destra facendo perno sulla pianta di entrambi i piedi.
3. Passo sinistro in avanti appoggiando a terra solo la punta del piede.
4. Appoggiare il tallone sinistro.
5. Passo destro in avanti appoggiando a terra solo la punta del piede.
6. Facendo perno sulla pianta del piede destro ruotare verso sinistra di mezzogirotto e appoggiare il tallone a terra.
7. Facendo perno sul piede destro ruotare verso sinistra di mezzogirotto e appoggiare la punta del piede sinistro in avanti.
8. Appoggiare il tallone sinistro.

Section 4: ROCK FW DX, RECOVER, STEP BACK DX, HOLD, COASTER STEPS SX, SCUFF DX.

1. Passo destro in avanti portando il peso sul piede destro.
2. Riportare il peso sul piede sinistro.
3. Portare il piede destro accanto al sinistro o leggermente indietro. Portare il peso sul piede destro.
4. Pausa.
5. Passo sinistro indietro
6. Passo indietro con il piede destro unendolo al piede sinistro
7. Passo sinistro in avanti.

8. Portare in avanti la gamba destra facendo strisciare il tallone destro sul pavimento lasciando il peso sul piede sinistro.

Parte B

Sezione 1: JUMPING GRAPEVINE DX, FLICK SX , JUMPING GRAPEVINE SX, FLICKDX

1. Con il piede destro eseguire un calcio seguito da un leggero saltolaterale verso destra.
2. Dopo aver appoggiato a terra il piede destro incrociare la gamba sinistra dietro la destra eseguendo un leggero salto verso destra.
3. Dopo aver appoggiato a terra il piede sinistro eseguire un calcio con la gamba destra seguito da un leggero salto verso destra.
4. Dopo aver appoggiato a terra il piede destro piegare il ginocchio sinistro per portare il piede sinistro all'indietro.
5. Con il piede sinistro eseguire un calcio seguito da un leggero saltolaterale verso sinistra.
6. Dopo aver appoggiato a terra il piede sinistro incrociare la gamba destra dietro la sinistra eseguendo un leggero salto verso sinistra.
7. Dopo aver appoggiato a terra il piede destro eseguire un calcio con il piede sinistro seguito da un leggero salto verso sinistra.
8. Dopo aver appoggiato a terra il piede sinistro piegare il ginocchio destro per portare il piede destro all'indietro.

Sezione 2: ROCKING CHAIR DX, STEP DX, HALF TURN TO SX, ROCK BACKSX, RECOVER

1. Passo destro in avanti portando il peso sul piede destro.
2. Riportare il peso sul piede sinistro.
3. Passo destro indietro portando il peso sul piede destro.
4. Riportare il peso sul piede sinistro.
5. Passo destro in avanti.
6. Ruotare di mezzo giro verso sinistra facendo perno sulla pianta di entrambi i piedi lasciando il peso sul destro.
7. Passo sinistro indietro portando il peso sul piede sinistro.
8. Riportare il peso sul piede destro.

Sezione 3: ROCKING CHAIR SX, STEP SX, HALF TURN TO DX, ROCK BACKDX, RECOVER

1. Passo sinistro in avanti portando il peso sul piede sinistro.
2. Riportare il peso sul piede destro.
3. Passo sinistro indietro portando il peso sul piede sinistro.
4. Riportare il peso sul piede destro.
5. Passo sinistro in avanti.
6. Ruotare di mezzo giro verso destra facendo perno sulla pianta di entrambi i piedi lasciando il peso sul sinistro.
7. Passo destro indietro portando il peso sul piede destro.
8. Riportare il peso sul piede sinistro.

Sezione 4: WEAVE DX, SLIDE DX, POINT SX x2

1. Passo a destra con il piede destro.
2. Incrociare il piede sinistro dietro al piede destro.
3. Passo a destra con il piede destro.
4. Incrociare il piede sinistro davanti al piede destro.
5. Scivolare lateralmente verso destra con il piede destro.
6. Completare lo scivolamento laterale e portare il peso sul piede destro.
7. Portare e sollevare il piede sinistro dietro il destro, colpire leggermente il pavimento con la punta e sollevarlo nuovamente.
8. Colpire il pavimento con la punta del piede sinistro e sollevarlo nuovamente.

Sezione 5: WEAVE SX, SLIDE SX, POINT DX x2

1. Passo a sinistra con il piede sinistro.

2. Incrociare il piede destro dietro al piede sinistro.
3. Passo a sinistra con il piede sinistro.
4. Incrociare il piede destro davanti al piede sinistro
5. Scivolare lateralmente verso sinistra con il piede sinistro.
6. Completare lo scivolamento laterale e portare il peso sul piede sinistro.
7. Portare e sollevare il piede destro dietro il sinistro, colpire leggermente il pavimento con la punta e sollevarlo nuovamente.
8. Colpire il pavimento con la punta del piede destro e sollevarlo nuovamente.

Sezione 6: (¼ TURN TO SX) SIDE STEP DX, STOMP UP SX, SIDE STEP SX, STOMP UP DX, SIDE STEP DX, STOMP UP SX, (¼ TURN TO SX) STEP SX FW, SCUFF DX

1. Ruotare con il corpo di un quarto di giro verso sinistra e fare un passo laterale con il piede destro verso destra. Portare il peso sul piede destro.
2. Con la pianta del piede sinistro colpire il pavimento accanto al piede destro e sollevarlo immediatamente.
3. Fare un passo laterale con il piede sinistro verso sinistra. Portare il peso sul piede sinistro.
4. Con la pianta del piede destro colpire il pavimento accanto al piede sinistro e sollevarlo immediatamente.
5. Fare un passo laterale con il piede destro verso destra. Portare il peso sul piede destro.
6. Con la pianta del piede sinistro colpire il pavimento accanto al piede destro e sollevarlo immediatamente.
7. Ruotare il corpo di un quarto di giro verso sinistra e fare un passo in avanti con il piede sinistro. Portare il peso sul piede sinistro.
8. Portare in avanti la gamba destra facendo strisciare il tallone destro sul pavimento lasciando il peso sul piede sinistro.

Sezione 7: ROCK FW DX, RECOVER, STEP BACK DX, HOLD, COASTER STEPSX, SCUFF DX.

1. Passo destro in avanti portando il peso sul piede destro.
2. Riportare il peso sul piede sinistro.
3. Portare il piede destro accanto al sinistro o leggermente indietro. Portare il peso sul piede destro.
4. Pausa.
5. Passo sinistro indietro
6. Passo destro indietro unendolo al piede sinistro
7. Passo sinistro in avanti.
8. Portare in avanti la gamba destra facendo strisciare il tallone destro sul pavimento lasciando il peso sul piede sinistro.

TAG 1

Sezione 1: WEAVE DX, SLIDE DX, CLOSE SX

1. Passo a destra con il piede destro.
2. Incrociare il piede sinistro dietro al piede destro.
3. Passo a destra con il piede destro.
4. Incrociare il piede sinistro davanti al piede destro.
5. Scivolare lateralmente verso destra con il piede destro.
6. Completare lo scivolamento laterale e portare il peso sul piede destro.
7. Fare scivolare lateralmente verso destra il piede sinistro.
8. Completare lo scivolamento laterale fino ad unire il piede sinistro al destro.

Sezione 2: STOMP SX, HOLD, STOMP DX, HOLD, STOMP SX, HOLD (FOLLOWING THE MUSIC)

1. Con la pianta del piede sinistro colpire il pavimento accanto al piede destro. Portare il peso sul piede sinistro. (Seguire la musica per eseguire lo stomp sull'accento musicale).
2. Pausa.
3. Con la pianta del piede destro colpire il pavimento accanto al piede sinistro. Portare il peso sul piede destro. (Seguire la musica per eseguire lo stomp sull'accento musicale).

4. Pausa.
5. Con la pianta del piede sinistro colpire il pavimento accanto al piededestro. Portare il peso sul piede sinistro. (Seguire la musica per eseguirelostompsull'accento musicale).
6. Pausa.
7. Pausa.
8. Pausa.

Sezione 3: WEAVE SX, SLIDE SX, CLOSE DX

1. Passo a sinistra con il piede sinistro.
2. Incrociare il piede destro dietro al piede sinistro.
3. Passo a sinistra con il piede sinistro.
4. Incrociare il piede destro davanti al piede sinistro.
5. Scivolare lateralmente verso sinistra con il piede sinistro.
6. Completare lo scivolamento laterale e portare il peso sul piedesinistro.
7. Fare scivolare lateralmente verso sinistra il piede destro.
8. Completare lo scivolamento laterale fino ad unire il piede destroal sinistro.

Sezione 4: STOMP DX, HOLD, STOMP SX, HOLD, STOMP DX, HOLD (FOLLOWINGTHEMUSIC)

1. Con la pianta del piede destro colpire il pavimento accanto al piedesinistro. Portare il peso sul piede destro. (Seguire la musica per eseguirelostompsull'accento musicale).
2. Pausa.
3. Con la pianta del piede sinistro colpire il pavimento accanto al piededestro. Portare il peso sul piede sinistro. (Seguire la musica per eseguirelostompsull'accento musicale).
4. Pausa.
5. Con la pianta del piede destro colpire il pavimento accanto al piedesinistro. Portare il peso sul piede destro. (Seguire la musica per eseguirelostompsull'accento musicale).
6. Pausa.
7. Pausa.
8. Pausa.

TAG 2

Sezione 1: WEAVE DX, STOMP DX, HOLD, STOMP SX, HOLD

1. Passo a destra con il piede destro.
2. Incrociare il piede sinistro dietro al piede destro.
3. Passo a destra con il piede destro.
4. Incrociare il piede sinistro davanti al piede destro.
5. Con la pianta del piede destro colpire il pavimento accanto al piedesinistro.
6. Pausa.
7. Con la pianta del piede sinistro colpire il pavimento accanto al piededestro.
8. Pausa.

FINALE

Sezione 1: WEAVE DX, SLIDE DX, CLOSE SX

1. Passo a destra con il piede destro.
2. Incrociare il piede sinistro dietro al piede destro.
3. Passo a destra con il piede destro.
4. Incrociare il piede sinistro davanti al piede destro.
5. Scivolare lateralmente verso destra con il piede destro.
6. Completare lo scivolamento laterale e portare il peso sul piededestro.
7. Fare scivolare lateralmente verso destra il piede sinistro.
8. Completare lo scivolamento laterale fino ad unire il piede sinistroal destro.

Sezione 2: STOMP SX, HOLD, STOMP DX, HOLD, STOMP SX, HOLD (FOLLOWINGTHEMUSIC)

1. Con la pianta del piede sinistro colpire il pavimento accanto al piededestro. Portare il peso sul piede sinistro. (Seguire la musica per eseguirelostompsull'accento musicale).

2. Pausa.
3. Con la pianta del piede destro colpire il pavimento accanto al piede sinistro. Portare il peso sul piede destro. (Seguire la musica per eseguire lo stomp sull'accento musicale).
4. Pausa.
5. Con la pianta del piede sinistro colpire il pavimento accanto al piede destro. Portare il peso sul piede sinistro. (Seguire la musica per eseguire lo stomp sull'accento musicale).
6. Pausa.
7. Pausa.
8. Pausa.

Sezione 3: WEAVE SX, SLIDE SX, CLOSE DX

1. Passo a sinistra con il piede sinistro.
2. Incrociare il piede destro dietro al piede sinistro.
3. Passo a sinistra con il piede sinistro.
4. Incrociare il piede destro davanti al piede sinistro.
5. Scivolare lateralmente verso sinistra con il piede sinistro.
6. Completare lo scivolamento laterale e portare il peso sul piede sinistro.
7. Fare scivolare lateralmente verso sinistra il piede destro.
8. Completare lo scivolamento laterale fino ad unire il piede destro al sinistro.

Sezione 4: KICK DX, CROSS DX, HALF TURN TO SX

1. Calcio destro in avanti.
 2. Incrociare la gamba destra davanti alla gamba sinistra.
 3. Facendo perno su entrambe le piante dei piedi ruotare il corpo di mezzogiorno verso sinistra.
 4. Pausa.
 5. Pausa.
 6. Pausa.
 7. Pausa.
 8. Pausa.
-