

OFF THE TRACK

Chorégraphes : José Miguel Belloque Vane, Matt Lewis, Ray Jones, Rob Fowler, Willie Brown

Count : 32 temps – 4 murs

Niveau : Intermédiaire

Musique : Off The Track – Cowboys and Indie

Compte Départ : 16 temps

Comptes	Description	Description, sens	Murs
Section 1	SIDE, BACK ROCK, RECOVER, LOCK STEP, ½ PIVOT, ½ LOCK STEP		
1-2-3	PG à gauche, PD derrière PG, ramener pdc sur PG en avant	Basic Cuban L	12h
4&5	PD en avant, PG croisé derrière PD, PD en avant	Step lock step	
6-7	PG en avant, ½ à droite avec pdc sur PD en avant	Step turn R	6h
8&1	¼ t à droite avec PG à gauche, PD croisé devant PG, ¼ t à droite avec PG en arrière	Turn shuffle R	12h
Section 2	DRAG, BALL CROSS, SIDE ROCK CROSS, ¼, ¼, CROSS ¼ TOGETHER		
2&3	Glisser talon PD vers PG, PD à côté du PG, PG croisé devant PD	Drag, ball cross	12h
4&5	PD à droite, ramener pdc sur PG, PD croisé devant PG	Side rock cross	
6-7	¼ t à droite avec PG en arrière, ¼ t à droite avec PD à droite	¼ R, ¼ R	6h
8&1	PG croisé devant PD, ¼ t à gauche avec PD en arrière PG à côté du PD	Cross ¼ L	3h
	Pousser les hanches légèrement en arrière en gardant pdc en avant		
Section 3	ROCK, HOOK, LOCK STEP, ROCK, RECOVER SWEEP ¼, SAILOR		
2-3	PD en avant, ramener pdc sur PG en arrière avec PD croisé devant tibia G	Rock step hook	3h
4&5	PD en avant, PG croisé derrière PD, PD en avant	Step lock step R	
6-7	PG en avant, ramener pdc sur PD avec sweep du PG de l'avant vers l'arrière avec ¼ t à gauche	Rock step sweep ¼ L	12h
8&1	PG croisé derrière PD, PD à droite, PG à gauche	Sailor step	
Section 4	SIDE, HOLD, 1/8 BALL STEP, HOLD, 1/8 BALL ROCK, RECOVER, ½ TURN, LOCK STEP		
2&3	Pause, PD à côté du PG, 1/8 t à gauche avec PG légèrement en avant	Hold, 1/8 L step	10h30
4&5	Pause, PD à côté du PG, 1/8 t à gauche avec PG en avant	Hold, 1/8 L rock	9h
6-7	Ramener pdc sur PD, ½ t à gauche avec PG en avant	Pivot ½ t L	3h
&8&	PD en avant, PG croisé derrière PD, PD en avant	Step lock step R	
	Pousser sur le PD pour recommencer la en posant le PG à gauche		
TAG	A la fin du 2ème mur (6h) rajouter 4 comptes		
1-2	PG en avant, ½ t à droite avec pdc sur PD	Step turn	
3-4	PG en avant, PD à côté du PG	Step together	12h
RESTART	Au 5ème mur à la fin de la section 3 (6h) le dernier pas du sailor sera le 1er du nouveau mur		
ENDING	Vous commencez le dernier mur (8ème) à 12h, danser jusqu'au sailor step (section 3) mais ne pas faire le ¼ tour pour rester à 12h section 4 :		
1-2	PG à gauche, pause		
&3-4	PD à côté du PG, PG à gauche, pause		
&5	PD à côté du PG, PG à gauche avec ouverture des bras sur les côtés		
	Recommencez en gardant votre sourire		
	Si vous constatez des erreurs, merci de me contacter par mail : christine.diorio@wanadoo.fr		
	24 octobre 2025		

Off the Track

COPPER KNOB
STEPSHEETS

Count: 32 **Wall:** 4 **Level:** Intermediate

Choreographer: José Miguel Belloque Vane (NL), Matt Lewis (UK), Ray Jones (WLS), Rob Fowler (ES) & Willie Brown (SCO) - October 2025



Music: Off The Track - Cowboys and Indie

Intro; 16 counts (on vocals)

SEC 1 – SIDE, BACK ROCK, RECOVER, LOCK STEP, ½ PIVOT, ½ LOCK STEP

- | | |
|-------|--|
| 1,2,3 | Step Left to Left side, rock back on Right, recover weight forward on Left |
| 4&5 | Step forward on Right, lock Left behind Right, step forward on Right |
| 6,7 | Step forward on Left, pivot ½ Right taking weight on Right [6] |
| 8&1 | Turning ½ Right; step back on Left, lock Right across Left, step back on Left [12] |

SEC 2 – DRAG, BALL CROSS, SIDE ROCK CROSS, ¼, ¼, CROSS ¼ TOGETHER

- | | |
|-----|--|
| 2&3 | Drag Right towards Left, close Right beside Left, cross Left over Right |
| 4&5 | Rock Right to Right side, recover weight on Left, cross Right over Left |
| 6,7 | Turn ¼ Right and step back on Left, turn ¼ Right and step Right to Right side [6] |
| 8&1 | Cross Left over Right, turn ¼ Left and step back on Right, close Left beside Right [3] |

***push hips slightly back keeping weight forward**

SEC 3 – ROCK, HOOK, LOCK STEP, ROCK, RECOVER SWEEP, ¼ SAILOR

- | | |
|-----|---|
| 2,3 | Rock forward on Right, recover back on Left and 'hook' Right across front of Left |
| 4&5 | Step forward on Right, lock Left behind Right, step forward on Right |
| 6,7 | Rock forward on Left, recover on Right sweeping Left out and back turning ¼ Left [12] |
| 8&1 | Cross Left behind Right, step Right out to Right, step Left to Left side |

SEC 4 – SIDE, HOLD, 1/8 BALL STEP, HOLD, 1/8 BALL ROCK, RECOVER, ½ TURN, LOCK STEP

- | | |
|-----|--|
| 2&3 | Hold count 2, close Right beside Left, turn 1/8 Left and step slight forward on Left |
| 4&5 | Hold count 4, close Right beside Left, turn 1/8 Left and rock forward on Left [9] |

*** Counts 2-5 make a ¼ turn Left in total**

- | | |
|-----|--|
| 6,7 | Recover weight back on Right, turn ½ Left and step forward on Left [3] |
| &8& | Step forward on Right, lock Left behind Right, step forward on Right |

*** Push off Right foot to start the dance again stepping Left to Left side**

=====

TAG; At the end of wall 2, facing 6 o'clock, there is a 4 count tag;

- | | |
|-----|--|
| 1,2 | Step forward on Left, pivot ½ Right taking weight on Right |
| 3,4 | Step forward Left, close Right beside Left |

Begin the dance again now facing 12 o'clock

RESTART; During wall 5, facing 6 o'clock, dance up to and including the end of Section 3.

The last step of the sailor step will be count 1 of your new wall, again facing 6 o'clock

ENDING; You will begin the last wall facing 12 o'clock. Dance up to and including the sailor step then omit the $\frac{1}{4}$ turn from the step holds to finish facing 12 o'clock, eg;

- | | |
|------|--|
| 1,2 | Step Left to Left side, hold count 2 |
| &3,4 | Close Right beside Left, Step Left to Left side, hold count 4 |
| &5 | Close Right beside Left, Step Left to Left side with arms out to side. Ta-Da!! |

