



# NO SUPERMAN

**Chorégraphes :** Darren "Daz" Bailey, Daniel Trepas & Leif Henrik Gronvold Septembre 2011

**Niveau :** Débutant- Intermédiaire

**Descriptif :** Danse en ligne - 4 murs - 32 temps - Sens de rotation de la danse: CW

**Musique :** I Am No Superman Jeronimo Feat Stay-C BPM 112

**Introduction:** 16 temps

## 1-8 CROSS STEP, SIDE STEP

- 1&2& CROSS ROCK STEP D avant - revenir sur PG arrière - ROCK STEP latéral D côté D - revenir sur PG côté G  
3&4 CROSS ROCK STEP D arrière - revenir sur PG avant - pas PD côté D  
5&6& ROCK STEP G avant - revenir sur PD arrière - ROCK STEP latéral G côté G - revenir sur PD côté D  
7&8 ROCK STEP G arrière - revenir sur PD avant - pas PG côté G

## 9-16 HIP ROLLS, ½ TURN, COASTER STEP, SAMBA CROSS

- 1 à 4 Pas PD en avant - HIP ROLL ½ tour à G sur 3 temps et en terminant appui PD **6H**  
5&6 **COASTER STEP G** : reculer BALL PG - reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant  
7&8 ROCK STEP latéral D côté D - revenir sur PG côté G - CROSS PD devant PG

## 17-24 SHUFFLE FULL TURN, SYNCOPATED CROSS STEP, SLIDE, TOUCH

- 1& ¼ de tour à G ... pas PG avant - pas PD à côté du PG **3H**  
2& ¼ de tour à G ... pas PG avant - pas PD à côté du PG **12H**  
3& ¼ de tour à G ... pas PG avant - pas PD à côté du PG **9H**  
4 ¼ de tour à G ... pas PG avant **6H**  
5&6 **WEAVE à G syncopée**: CROSS PD devant PG - pas PG côté G - CROSS PD derrière PG  
7-8 Grand pas PG côté G en glissant (**SLIDE**) - 1/8 de tour à D ... TOUCH PD à côté du PG **7H30**

## 25-32 HITCH, STEP 1/8 TURN R, L SHUFFLE, WALK ½ TURN

- &1&2 HITCH genou D - pas PD arrière - pas PG arrière - 1/8 de tour à D ... pas PD légèrement avant **9H**  
3&4 **TRIPLE STEP G avant** : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant  
5-6 **4 pas marchés avec ½ tour à D** : pas PD avant - 1/4 tour à D ... pas PG avant ...  
7-8 1/4 tour à D ... pas PD avant - pas PG avant ... FLICK **3H**

**Source:** Fiche des chorégraphes. **Traduction et mise en page :** HAPPY DANCE TOGETHER Octobre 2012

[lenid.baroin@wanadoo.fr](mailto:lenid.baroin@wanadoo.fr) <http://www.happy-dance-together.com/>

Se reporter impérativement à la fiche originale du chorégraphe qui seule fait foi.