



NO REMORSE

Chorégraphes : Simon Ward (AUS) & Niels Poulsen (DK) - Mars 2025

Niveau : Intermédiaire

Descriptif : Danse en ligne - 2 murs - 64 temps - 1 RESTART

Musique : Not Your Man - Teddy Swims

Introduction : 32 comptes à partir du 1^{er} temps fort – Env 19 sec. Démarrer en appui sur PG.

- 1-8 R CROSS ROCK FWD, SWEEP, BEHIND SIDE CROSS 1/8 L, L ROCK INTO L DIAG, BEHIND TURN STEP**
1-2 CROSS ROCK PD légèrement croisé devant PG (1) - revenir sur PG arrière avec SWEEP PD côté D (2)
3&4 **BEHIND SIDE CROSS D** : CROSS PD derrière PG (3) - pas PG côté G (&) - CROSS PD devant PG en vous orientant face à **10H30** (4)
5-6 ROCK STEP PG avant (5) - revenir sur PD arrière (6) **10H30**
7&8 CROSS PG derrière PD (7) - **3/8 de tour à D** ... pas PD avant **3H** (&) - pas PG avant (8)
- 9-16 STEP 1/2 L, FULL TURN L, BOUNCE 1/2 L, L COASTER STEP**
1-2 **STEP TURN** : pas PD avant (1) - **1/2 tour PIVOT à G** sur BALL PD ... **prendre appui sur PG avant 9H** (2)
3-4 **1/2 tour à G** ... pas PD arrière **3H** (3) - **1/2 tour à G** ... pas PG avant avec SWEEP PD d'arrière en avant **9H** (4)
5&6 Pas PD avant (5) - **1/4 de tour à G** en décollant les 2 talons du sol **6H** (&) - **1/4 de tour à G** en reposant les 2 talons du sol **3H** (appui PD) (6)
7&8 **COASTER STEP G** : pas PG arrière (7) - pas PD à côté du PG (&) - pas PG avant (8)
- 17-24 WALK RL, 1/4 L JUMPING RL TOGETHER, KNEE POP, R SHUFFLE FWD, STEP 1/2 R**
1-2 **2 pas avant** : pas PD avant (1) - pas PG avant (2)
3&4 **1/4 de tour à G** ... petit JUMP PD côté D **12H** (&) - pas PG à côté du PD (3) - **KNEE POP** : relever les 2 talons en poussant les 2 genoux en avant (&) - reposer les talons au sol (4) **Note: prendre appui sur PG 12:00**
5&6 **TRIPLE STEP D avant** : pas PD avant (5) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD avant (6)
7-8 **STEP TURN** : pas PG avant (7) - **1/2 tour PIVOT à D** sur BALL PG ... **prendre appui sur PD avant 6H** (8)
- 25-32 SHUFFLE L FWD, ROCK R FWD, BIG STEP BACK R, SLIDE L, BALL STEP LR FWD, WALK L FWD**
1&2 **TRIPLE STEP G avant** : pas PG avant (1) - pas PD à côté du PG (&) - pas PG avant (2)
3-4 ROCK STEP PD avant (3) - revenir sur PG arrière (4)
5-6 Grand pas PD arrière (5) - DRAG PG vers PD (**Style : ouverture du corps face à la diagonale D**) (6)
7-8 Pas PG à côté du PD (&) - **2 pas avant** : pas PD avant (7) - pas PG avant (8)
Restart ici pendant le 5^{ème} mur. Vous serez alors face à 6H.
- 33-40 R TOUCH & HEEL X 2, R FWD, 1/8 R FLICK L, L SHUFFLE FWD**
1&2& TOUCH PD à côté du PG (1) - pas PD arrière (&) - TAP talon PG en avant (2) - reprendre appui sur PG (&)
3&4 TOUCH PD à côté du PG (3) - pas PD arrière (&) - TAP talon PG en avant (4) - reprendre appui sur PG (&)
5-6 Pas PD avant (5) - **1/8 de tour à D** ... FLICK PG en arrière **7H30** (6)
7&8 **TRIPLE STEP G avant** : pas PG avant (7) - pas PD à côté du PG (&) - pas PG avant (8)
- 41-48 R ROCK FWD, SWEEP, BEHIND SIDE CROSS, LUNGE L, 1/4 R FWD, FULL TURN R FWD**
1-2 ROCK STEP PD devant PG (1) - revenir sur PG arrière avec SWEEP PD côté D (2)
3&4 **BEHIND SIDE CROSS D** : CROSS PD derrière PG (3) - pas PG côté G (&) - CROSS PD devant PG (4)
5-6 LUNGE PG côté G (5) - **1/4 de tour à D** ... revenir sur PD avant **10H30** (6)
7-8 **1/2 tour à D** ... pas PG arrière **4H30** (7) - **1/2 tour à D** ... pas PD avant **10H30** (8)
- 49-56 ROCK L FWD, BALL ROCK R FWD, SHUFFLE 1/2 R, STEP 1/2 R**
1-2 ROCK STEP PG avant (1) - revenir sur PD arrière (2)
& **SWITCH** : pas PG à côté du PD (&)
3-4 ROCK STEP PD avant (3) - revenir sur PG arrière (4)
5&6 **TRIPLE STEP D 1/2 tour à D** : **1/4 de tour à D** ... pas PD côté D **1H30** (5) - pas PG à côté du PD (&) - **1/4 de tour à D** ... pas PD avant **4H30** (6)
7-8 **STEP TURN** : pas PG avant (7) - **1/2 tour PIVOT à D** sur BALL PG ... **prendre appui sur PD avant 10H30** (8)
- 57-64 CROSS, 3/8 L BACK R, L SHUFFLE BACK, R BACK ROCK, L FULL TURN FWD**
1-2 CROSS PG devant PD (1) - **3/8 de tour à G** ... pas PD arrière **6H** (2)
3&4 **TRIPLE STEP G arrière** : pas PG arrière (3) - pas PD à côté du PG (&) - pas PG arrière (4)
5-6 ROCK STEP PD arrière (5) - revenir sur PG avant (6)
7-8 **1/2 tour à G** ... pas PD arrière **12H** (7) - **1/2 tour à G** ... pas PG avant avec SWEEP PD d'arrière en avant **6H** (8)

Restart après 32 comptes pendant le 5^{ème} mur. Vous serez alors face à 6H.

Fin: le dernier mur (le 6^{ème}) se termine face à 12H – Terminer la danse sur le compte 1 de la danse pour un grand « finish ».

Source: Copperknob. **Traduction et mise en page :** HAPPY DANCE TOGETHER Mars 2025
https://youtu.be/X9s3PWPqfcQ?si=a_1d18Fbtkxxl3sQ

Bellegarde-en-Forez 42210 lenid.baroin@wanadoo.fr <http://www.happy-dance-together.com/>
Se reporter impérativement à la fiche originale du chorégraphe qui seule fait foi.