

NO REMORSE

Aucun remords



CHOREGRAPHES : Simon Ward (AUS) & Niels Poulsen (DK), Mars 2025

MUSIQUE : Not Your Man par Teddy Swims , BPM 110

TYPE : Danse en ligne, 64 temps, 2 murs, 1 restart

NIVEAU : Intermédiaire

DEMARRAGE : Après intro de 4 + 32 temps

1 à 8 R cross rock fwd, sweep, behind side cross 1/8 L, L rock into L diag, behind turn step

1-2 & Rock PD croisé devant PG, revenir PdC sur PG, PD vers l'arrière en arc de cercle

3&4 PD croisé derrière PG, PG à gauche, 1/8 de tour à gauche avec PD croisé devant PG (10:30)

5-6-7&8 Rock PG devant, revenir sur PD, PG croisé derrière PD, 3/8 de t à D avec PD devant, PG devant (03:00)

9 à 16 Step $\frac{1}{2}$ L, full turn L, bounce $\frac{1}{2}$ L, L coaster step

1-2-3-4 PD devant, pivot 1/2 tour à G, 1/2 tour à G avec PD derrière, 1/2 tour à G avec PG devant (09:00)

5&6 PD devant, 1/4 de tour à G avec soulever les talons, 1/4 de t à G avec reposer les talons (03:00)

7&8 PG derrière, PD à côté du PG, PG devant

17 à 24 Walk RL, $\frac{1}{4}$ L jumping RL together, knee pop, R shuffle fwd, step $\frac{1}{2}$ R

1-2&3 PD devant, PG devant, 1/4 de tour à G avec petit saut à D sur PD, PG à côté du PD (12:00)

&4-5&6 Lever les talons avec genoux pliés, poser les talons, pas chassé avant D, G, D

7 - 8 PG devant, pivot 1/2 tour à droite (06:00)

25 à 32 Shuffle L fwd, rock R fwd, big step back R, slide L, ball step LR fwd, walk L fwd

1&2-3-4-5 Pas chassé avant G, D, G, rock PD devant, revenir sur PG, grand pas PD derrière

6&7-8 Glisse PG vers PD, PG à côté du PD, PD devant, PG devant **Restart:** ici mur 5 (départ 12h), à 6h

33 à 40 R touch & heel X 2, R fwd, 1/8 R flick L, L shuffle fwd

1&2&3&4& (Touche PD à côté du PG, PD derrière, touche talon PG devant, petit pas PG devant) X2

5-6-7&8 PD devant, 1/8 de t à droite avec flick PG derrière, pas chassé avant G, D, G (07:30)

41 à 48 R rock fwd, sweep, behind side cross, lunge L, $\frac{1}{4}$ R fwd, full turn R fwd

1-2-3&4 Rock PD devant, revenir sur PG avec glisse PD en arrière, PD derrière PG, PG à G, PD devant PG

5-6-7-8 Balance corps à G sur PG, revenir 1/4 de t à D, 1/2 t à D PG derrière, 1/2 t à D PD devant (10:30)

49 à 56 Rock L fwd, ball rock R fwd, shuffle $\frac{1}{2}$ R, step $\frac{1}{2}$ R

1-2&3-4 Rock PG devant, revenir PdC sur PD, PG à côté du PD, rock PD devant, revenir PdC sur PG

5&6-7-8 Pas chassé arrière 1/2 tour à droite (1/4 D, G, 1/4 D), PG devant, pivot 1/2 tour à droite (10:30)

57 à 64 Cross, 3/8 L back R, L shuffle back, R back rock, L full turn fwd

1-2-3&4 PG croisé devant PD, 3/8 de tour à gauche avec PD derrière, pas chassé arrière G, D, G (06:00)

5-6-7-8 Rock PD derrière, revenir sur PG, 1/2 tour à G avec PD derrière, 1/2 tour à G avec PG devant

On recommence avec le sourire...



PG = pied gauche – PD = pied droit – D = droite – G = gauche – PdC = poids du corps

Fiche préparée pour les adhérents de Macé En Tiags. Se reporter impérativement à la feuille de danse originale du chorégraphe qui seule fait foi