No Remorse (fr)

Compte: 64 **Mur:** 2 **Niveau:** Intermédiaire
Chorégraphe: Simon Ward (AUS) & Niels Poulsen (DK) - Mars 2025
Musique: Not Your Man - Teddy Swims

Intro 32 temps

Particularités 1 Restart (…)

Section 1 : R Cross Rock, Sweep, R Behind-Side-Cross with 1/8L, L Forward Rock, Behind, 3/8R, Fwd,12:00

1 – 2	Rock Step D croisé devant G (Pas D dans direction indiquée, Remettre Poids du Corps (PdC) sur G),
&	Sweep D vers l'arrière (Jambe libre forme arc de cercle autour de la jambe d'appui),
3 & 4	Croiser D derrière G, Pas G à G, 1/8 tour G + Pas D avant, 10:30
5 – 6	Rock Step G avant,
7 & 8	Croiser G derrière D, 3/8 tour D + Pas D avant, Pas G avant, 03:00

S2 : R Step 1/2 L Pivot, L Full Turn, Heel Bounce with 1/2 L, L Coaster Step,

1 – 2	Pas D avant, Pivoter 1/2 tour G (+ Transfert PdC G), 09:00
3 – 4	1/2 tour G + Pas D arrière, 1/2 tour G + Pas G avant, (03:00 puis) 09:00
5 & 6	Pas D avant, 1/4 tour G + Soulever Talons, 1/4 tour G + Reposer Talons au sol + PdC D, 03:00
7 & 8	Coaster Step G (Pas G arrière, Ramener D près G + PdC D, Pas G avant),

S3 : Walk R L, 1/4 L & Jump, Together, Knee Pop, R Forward Triple, L Step 1/2 R Pivot,

1 – 2	Pas D avant, Pas G avant,
& 3	1/4 tour G + Petit Saut à D sur le Pied D, Ramener G près de D, 12:00
& 4	Knee Pop des genoux vers l'avant (Plier genoux dans direction indiquée), Reposer pieds (+ PdC G),
5 & 6	Triple Step D avant (Pas D dans direction indiquée, Ramener G près D, Pas D même direction),
7 – 8	Pas G avant, Pivoter 1/2 tour D, 06:00

S4 : L Forward Triple, R Forward Rock, Big Step Back R, Slide, Together, Walk R L,

1&2–3–4	Triple Step G avant (1 & 2), Rock Step D avant (3 - 4),
5 – 6	Grand Pas D en arrière, Glisser G vers D, (Option style : ouvrir son buste en diagonale D)
& 7 – 8	Ramener G près de D, Pas D avant, Pas G avant,

Particularité : RESTART Sur le 5e mur (commencé face 12:00), reprenez la danse du début (face 06:00)

S5 : Toe & Heel Switches, R Step, 1/8 R & L Flick, L Forward Triple,

1 & 2 &	Touch D (Poser plante D près de G), Pas D arrière, Talon G avant, Petit Pas G avant,
3 & 4 &	Touch D, Pas D arrière, Talon G avant, Petit Pas G avant,
5 – 6	Pas D avant, 1/8 tour D + Flick G (Coup de Pied arrière, Genou plié mais Pointe tendue), 07:30
7 & 8	Triple Step G avant,

S6 : R Forward Rock, Sweep, R Behind-Side-Cross, L Lunge, Recover with 1/4 R, R Full Turn,

1 – 2 &	Rock Step D avant (1 - 2), Sweep D vers l'arrière (&),
3 & 4	Behind-Side-Cross D (Croiser D derrière G, Pas G à G, Croiser D devant G),
5 – 6	Lunge à G (Déplacer corps à G, au-dessus du pied d'appui), Revenir sur D + 1/4 tour D, 10:30
7 – 8	1/2 tour D + Pas G arrière, 1/2 tour D + Pas D avant, (04:30 puis) 10:30

S7 : L Forward Rock, Together, R Forward Rock, R Back Turning Triple with 1/2 R, L Step 1/2 R Pivot,

1–2&3–4	Rock Step G avant (1 - 2), Ramener G près de D + PdC D (&), Rock Step D avant (3 - 4),
5 & 6	Triple Step D arrière + 1/2 tour D (1/4 tr D+ Pas D à D, Ramener G, 1/4 tr D+ Pas D avant), 04:30
7 – 8	Pas G avant, Pivoter 1/2 tour D,

S8 : L Cross, 3/8 L & R Back, L Back Triple, R Back Rock, L Full Turn.

1 – 2	Croiser G devant D, 3/8 tour G + Pas D arrière, 06:00
3&4–5–6	Triple Step G arrière (3 & 4), Rock Step D arrière (5 - 6),
7 – 8	1/2 tour G + Pas D arrière, 1/2 tour G + Pas G avant. (12:00 puis) 06:00

Recommencez du début … et gardez le sourire !!
Traduit par Lilly WEST, en utilisant la terminologie NTA / www.lillywest.fr / www.countrydancetour.com

---