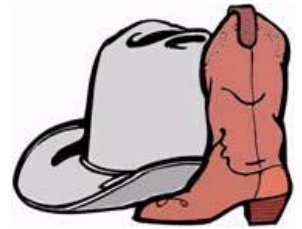


I'm No Good



CowCountry Rangers

Difficulté: Intermédiaire
Musique: I'm No Good (For Ya Baby) par Laura Bell Bundy (120bpm)
Intro: 32 temps – commencer avec les paroles
Rythme :
Type: Ligne, 2 murs, 64 temps, 74 pas
Chorégraphe: Rachael McEnaney (UK) Fév 2011

cowcountry-rangers.ch 04 octobre 2011

1 à 8 Walk RL, R forward rock, R coaster step, step L, 1/2 pivot turn R – weight ends R

1-4 Pied Droit devant, Pied Gauche devant, Rock Pied Droit devant, Revenir sur Pied Gauche
5&6 Pied Droit derrière, Pied Gauche près du pied droit, Pied Droit devant
7-8 Pied Gauche devant, Pivoter 1/2 tour à droite (6 :00)

9 à 16 Walk LR, L forward rock, L coaster step, step R, 1/4 pivot L – weight ends L

1-4 Pied Gauche devant, Pied Droit devant, Rock Pied Gauche devant, Revenir sur Pied Droit
5&6 Pied Gauche derrière, Pied Droit près du pied gauche, Pied Gauche devant
7-8 Pied Droit devant, Pivoter 1/4 de tour à gauche (3 :00)

17 à 24 Weave crossing R over -L-side -R behind -1/4 turn L forward L, rock forward R, 1/2 turn R, 1/4 turn R - weight L

1-4 Croiser Pied Droit devant pied gauche, Pied Gauche à gauche, Croiser Pied Droit derrière pied gauche, Pivoter 1/4 de tour à gauche et Pied Gauche devant (12 :00)
5-8 Rock Pied Droit devant, Revenir sur Pied Gauche, Pivoter 1/2 tour à droite et Pied Droit devant, Pivoter 1/4 de tour à droite et Pied Gauche à gauche (9 :00)

25 à 32 Cross R behind, side L, R crossing shuffle, L side rock, L crossing shuffle

1-2 Croiser Pied Droit derrière pied gauche, Pied Gauche à gauche
3&4 Croiser Pied Droit devant pied gauche, Pied Gauche près du pied droit, Croiser Pied Droit devant pied gauche
5-6 Rock Pied Gauche à gauche, Revenir sur Pied Droit
7&8 Croiser Pied Gauche devant pied droit, Pied Droit près du pied gauche, Croiser Pied Gauche devant pied droit

33 à 40 R kick ball cross, side R, touch L, L kick ball cross, side L, touch R- weight ends L

1&2 Kick Pied Droit dans la diagonale droite, Pied Droit sur place, Croiser Pied Gauche devant pied droit (9 :00)
3-4 Pied Droit un grand pas à droite, Toucher Pied Gauche près du pied droit
5&6 Kick Pied Gauche dans la diagonale gauche, Pied Gauche sur place, Croiser Pied Droit devant pied gauche (9 :00)
7-8 Pied Gauche un grand pas à gauche, Toucher Pied Droit près du pied gauche (9 :00)

41 à 48 R heel touches, 2 L heel touches, R heel, L heel, rock forward R, - weight ends L

1-2 & Toucher Talon Droit devant, Toucher Talon Droit devant, Pied Droit près du pied gauche
3-4 Toucher Talon Gauche devant, Toucher Talon gauche devant (9 :00)
&5&6 Pied Gauche près du pied droit, Toucher Talon Droit devant, Pied Droit près du pied gauche, Toucher Talon Gauche devant
&7-8 Pied Gauche près du pied droit, Rock Pied Droit devant, Revenir sur Pied Gauche (9 :00)

49 à 56 R back shuffle, L back rock, 1/2 turn R doing L shuffle, 1/4 turn R doing R chasse

1&2 Pied Droit derrière, Pied Gauche près du pied droit, Pied Droit derrière
3-4 Rock Pied Gauche derrière, Revenir sur Pied Droit (9 :00)
5&6 Pivoter 1/4 de tour à droite et Pied Gauche à gauche, Pied Droit près du Pied Gauche. Pivoter 1/4 de tour à droite et Pied Gauche derrière (3 :00)
7&8 Pivoter 1/4 de tour à droite et Pied Droit à droite, Pied Gauche près du pied droit, Pied Droit à droite (6 :00)

57 à 64 L jazz box cross, L chasse, R back rock

1-4 Croiser Pied Gauche devant pied droit, Pied Droit derrière, Pied Gauche à gauche, Croiser Pied Droit devant pied gauche
5&6 Pied Gauche à gauche, Pied Droit près du pied gauche, Pied Gauche à gauche
7-8 Rock Pied Droit derrière, Revenir sur Pied Gauche (6 :00)

Tag : A la fin du 1^{er} mur (face à 6 :00), 2^{ème} mur (face à 12 :00), et 3^{ème} mur (face à 6 :00)

1-4 Pied Droit devant, Pivoter 1/4 de tour à gauche, Pied Droit devant, Pivoter 1/4 de tour à gauche
5-8 Pied Droit devant, Pivoter 1/4 de tour à gauche, Pied Droit devant, Pivoter 1/4 de tour à gauche

Recommencez au début et bonne danse !

Gérald Vonlanthen Cours de danse

<http://ccr.isuisse.com>

+4126 / 475 34 20

www.cowcountry-rangers.ch

1720 Corminboeuf