

# No Remorse (fr)

Count: 64

Wand: 2

Ebene: Intermédiaire

Choreograf/in: Simon Ward (AUS) & Niels Poulsen (DK) - Mars 2025

Musik: 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](http://www.lillywest.fr) / [www.countrydancetour.com](http://www.countrydancetour.com)**

---