



NO REMORSE

Chorégraphes : Simon WARD - Sydney, New South Wales - AUSTRALIE] Mars
Niels POULSEN - Stenstrup, DANEMARK] 2025

LINE Dance : 64 temps - 2 murs

Niveau : intermédiaire

Musique : **Not your man - Teddy SWIMS - BPM 112 / West Coast Binaire**

Traduit et préparé par Irène COUSIN, Professeur de Danse - **samedi 5 avril 2025**

Chorégraphies en français, site : <http://www.speedirene.com>

Introduction : 32 temps

RIGHT CROSS/ROCK FORWARD, SWEEP, BEHIND SIDE CROSS 1/8 LEFT, LEFT ROCK INTO LEFT DIAG, BEHIND TURN STEP

- 1.2 CROSS ROCK STEP D devant ↖, revenir sur PG derrière ↘
SWEEP pointe PD en dehors (d'avant à côté D) - 12 : 00 -
- 3&4 **BEHIND-SIDE-CROSS D** : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - 1/8 de tour G ... CROSS PD devant PG - 10 : 30 -
- 5.6 ROCK STEP G avant, revenir sur D arrière - 10 : 30 -
- 7&8 CROSS PG derrière PD - 3/8 de tour D 2 pas avant : pas PD avant - pas PG avant - 3 : 00 -

STEP 1/2 LEFT, FULL TURN LEFT, BOUNCE 1/2 LEFT, LEFT COASTER STEP

- 1.2 pas PD avant - 1/2 tour PIVOT vers G (appui **PG côté G**) - 9 : 00 -
- 3.4 **FULL TURN G** : 1/2 tour G pas PD arrière - 1/2 tour G pas PG avant - 9 : 00 -
- 5 pas PD avant
- &6 **BOUNCE** des 2 talons : 1/4 de tour G ... soulever les talons - 1/4 de tour G ... abaisser les talons au sol - 3 : 00 -
- 7&8 **COASTER STEP G** : reculer BALL PG - reculer BALL PD à côté du PG - pas PG avant - 3 : 00 -

WALK RIGHT & LEFT, TURN 1/4 LEFT JUMPING RIGHT & LEFT TOGETHER, KNEE POP, RIGHT CHASSÉ FORWARD, STEP 1/2 RIGHT

- 1.2 2 pas avant : pas PD avant - pas PG - 3 : 00 -
- &3 1/4 de tour G, sur BALL du PG JUMP PD côté D - pas PG à côté du PD - 12 : 00 -
- &4 POP genoux avant ↑ - abaisser les talons (appui PG) - 12 : 00 -
- 5&6 **SHUFFLE D avant** : pas PD avant - pas PG à côté du PD - pas PD avant - 12 : 00 -
- 7.8 pas PG avant - 1/2 tour PIVOT vers D (appui PD avant) - 6 : 00 -

CHASSÉ FORWARD LEFT-RIGHT-LEFT, ROCK RIGHT FORWARD, BIG STEP RIGHT BACK, SLIDE LEFT, BALL STEP LEFT & RIGHT FORWARD, WALK LEFT FORWARD

- 1&2 **SHUFFLE G avant** : pas PG avant - pas PD à côté du PG - pas PG avant - 6 : 00 -
- 3.4 ROCK STEP D avant, revenir sur G arrière - 6 : 00 -
- 5.6 **grand** pas PD arrière - DRAG PG vers PD ↓ (Style : haut du buste sur diagonale D) - 6 : 00 -
- &7.8 **SWITCH** : pas PG à côté du PD - 2 pas avant : pas PD avant - pas PG avant - 6 : 00 -

RESTART : ici, sur le 5^{ème} mur, après 32 temps, et reprendre la Danse au début

suite page 2 .. / ...

page 2 .. / ...

RIGHT TOUCH & HEEL TWICE, RIGHT FORWARD, TURN 1/8 RIGHT FLICK LEFT, LEFT CHASSÉ FORWARD

- 1&2& TAP PD à côté du PG - pas PD arrière - TOUCH talon G avant - pas PG sur place (*avant*) - **6 : 00 -**
3&4& TAP PD à côté du PG - pas PD arrière - TOUCH talon G avant - pas PG sur place (*avant*) - **6 : 00 -**
5.6 pas PD avant - **1/8 de tour D**, sur *BALL* du PD FLICK PG arrière - **7 : 30 -**
7&8 SHUFFLE LOCK G avant : pas PG avant - **LOCK** PD derrière PG - pas PG avant - **7 : 30 -**

*RIGHT ROCK FORWARD, SWEEP, BEHIND SIDE CROSS,
LUNGE LEFT, TURN 1/4 RIGHT FORWARD, FULL TURN RIGHT FORWARD*

- 1.2 ROCK STEP D avant, revenir sur G arrière **SWEEP pointe PD en dehors (d'avant à côté D) - 7 : 30 -**
3&4 BEHIND-SIDE-CROSS D : CROSS PD derrière PG - pas PG côté G - CROSS PD devant PG - **7 : 30 -**
5.6 LUNGE PG côté G - **1/4 de tour D** revenir sur PD avant - **10 : 30 -**
7.8 FULL TURN D : 1/2 tour D pas PG arrière - 1/2 tour D pas PD avant - **10 : 30 -**

ROCK LEFT FORWARD, BALL ROCK RIGHT FORWARD, CHASSÉ 1/2 RIGHT, STEP 1/2 RIGHT

- 1.2 ROCK STEP G avant, revenir sur D arrière
&3.4 SWITCH : pas PG à côté du PD - ROCK STEP D avant, revenir sur G arrière - **10 : 30 -**
5&6 SHUFFLE D, 1/2 tour D : 1/4 de tour D pas PD côté D - pas PG à côté du PD
.... 1/4 de tour D pas PD avant - **4 : 30 -**
7.8 pas PG avant - 1/2 tour PIVOT vers D (*appui PD avant*) - **10 : 30 -**

CROSS, TURN 3/8 LEFT BACK RIGHT, LEFT CHASSÉ BACK, RIGHT BACK ROCK, LEFT FULL TURN FORWARD

- 1.2 CROSS PG devant PD - **3/8 de tour G** pas PD arrière - **6 : 00 -**
3&4 SHUFFLE G arrière : pas PG arrière - pas PD à côté du PG - pas PG arrière - **6 : 00 -**
5.6 ROCK STEP D arrière, revenir sur G avant - **6 : 00 -**
7.8 FULL TURN G : 1/2 tour G pas PD arrière - 1/2 tour G pas PG avant
SWEEP pointe PD en dedans (d'arrière en avant) - 6 : 00 -

No Remorse



Choreographed by **Simon WARD** (AUS) & **Niels POULSEN** (DK) - March 2025

Simon Ward : bellychops@hotmail.com

Niels Poulsen : niels@love-to-dance.dk

Description : 64 count, 2 wall, Intermediate Line Dance

Music : **Not your man - Teddy SWIMS** / Album : I've Tried Everything But Therapy (Part 2), January 2025

Introduction : 32 counts

RIGHT CROSS/ROCK FORWARD, SWEEP, BEHIND SIDE CROSS 1/8 LEFT, LEFT ROCK INTO LEFT DIAG, BEHIND TURN STEP

- 1.2 Cross/rock right slightly over left, recover to left back sweeping right to right side (12:00)
- 3&4 Behind-side-cross right-left-right turning $\frac{1}{8}$ left (10:30)
- 5.6 Rock left forward, recover to right back (10:30)
- 7&8 Cross left behind, turn $\frac{3}{8}$ right stepping right forward, step left forward (3:00)

STEP 1/2 LEFT, FULL TURN LEFT, BOUNCE 1/2 LEFT, LEFT COASTER STEP

- 1.2 Step right forward, turn $\frac{1}{2}$ left and step to left (9:00)
- 3.4 Turn $\frac{1}{2}$ left and step right back, turn $\frac{1}{2}$ left and step left forward (9:00)
- 5&6 Step right forward, turn $\frac{1}{4}$ left lifting heels off the floor, turn $\frac{1}{4}$ left and step heels down (3:00)
- 7&8 Step left back, step right together, step left forward (3:00)

WALK RIGHT & LEFT, TURN 1/4 LEFT JUMPING RIGHT & LEFT TOGETHER, KNEE POP, RIGHT CHASSÉ FORWARD, STEP 1/2 RIGHT

- 1.2 Step right forward, step left forward (3:00)
- &3 Turn $\frac{1}{4}$ left jumping right a small jump to right side, step left together
- &4 Pop both knees forward, step down of both feet again (weight to left)
- 5&6 Step right forward, cross left behind, step right forward (12:00)
- 7.8 Step left forward, turn $\frac{1}{2}$ right changing weight to right (6:00)

CHASSÉ FORWARD LEFT-RIGHT-LEFT, ROCK RIGHT FORWARD, BIG STEP RIGHT BACK, SLIDE LEFT, BALL STEP LEFT & RIGHT FORWARD, WALK LEFT FORWARD

- 1&2 Step left forward, cross right behind, step left forward (6:00)
- 3.4 Rock right forward, recover to left back (6:00)
- 5.6 Step a big step right back, drag left toward right, .. styling: open body to right diagonal (6:00)
- &7.8 Step left together, step right forward, step left forward

RESTART : after count 32 on wall 5

RIGHT TOUCH & HEEL TWICE, RIGHT FORWARD, TURN 1/8 RIGHT FLICK LEFT, LEFT CHASSÉ FORWARD

- 1&2& Touch right together, step right back, touch left heel forward, step down on left (6:00)
- 3&4& Touch right together, step right back, touch left heel forward, step down on left (6:00)
- 5.6 Step right forward, turn $\frac{1}{8}$ right on right flicking left back (7:30)
- 7&8 Step left forward, cross right behind, step left forward (7:30)

RIGHT ROCK FORWARD, SWEEP, BEHIND SIDE CROSS, LUNGE LEFT, TURN 1/4 RIGHT FORWARD, FULL TURN RIGHT FORWARD

- 1.2 Rock right forward, recover to left back sweeping right to right side (7:30)
- 3&4 Behind-side-cross right-left-right (7:30)
- 5.6 Lunge left to left side, recover to right turning $\frac{1}{4}$ right (10:30)
- 7.8 Turn $\frac{1}{2}$ right and step left back, turn $\frac{1}{2}$ right and step right forward (10:30)

ROCK LEFT FORWARD, BALL ROCK RIGHT FORWARD, CHASSÉ 1/2 RIGHT, STEP 1/2 RIGHT

- 1.2& Rock left forward, recover to right back, step left together (10:30)
- 3.4 Rock right forward, recover to left back (10:30)
- 5&6 Chassé back right-left-right turning $\frac{1}{2}$ right (4:30)
- 7.8 Step left forward, turn $\frac{1}{2}$ right and step to right (10:30)

CROSS, TURN 3/8 LEFT BACK RIGHT, LEFT CHASSÉ BACK, RIGHT BACK ROCK, LEFT FULL TURN FORWARD

- 1.2 Cross left over, turn $\frac{3}{8}$ left stepping right back (6:00)
- 3&4 Step left back, step right together, step left back (6:00)
- 5.6 Rock right back, recover to left (6:00)
- 7.8 Turn $\frac{1}{2}$ left and step right back, turn $\frac{1}{2}$ left and step left forward sweeping right forward (6:00)

Repeat