

I'm No Good



Level: 2 Wall - Line Dance - Intermediate - 64 Counts

Choreographie: Rachael McEnaney

Musik: "I'm No Good" von Laura Bell Bundy

Hinweis: Der Tanz beginnt nach 32 Takten

Section 1

Walk R-L, Rock Forward, Coaster Step, Step, 1/2 Turn R

1 - 8

- 1 - 2 2 Schritte nach vorn - re., li.
3 - 4 re. Fuß nach vorn stellen, - li. Fuß etwas anheben, Gewicht zurück auf den li. Fuß
5 & 6 re. Fuß nach hinten stellen, li. Fuß neben den re. Fuß stellen (&), re. Fuß nach vorn stellen
7 - 8 li. Fuß nach vorn stellen, auf beiden Ballen eine 1/2 Drehung re. herum (6 Uhr)

Section 2

Walk L-R, Rock Forward, Coaster Step, Step, 1/4 Turn L

9 - 16

- 1 - 2 2 Schritte nach vorn - li., re.
3 - 4 li. Fuß nach vorn stellen - re. Fuß etwas anheben, Gewicht zurück auf den re. Fuß
5 & 6 li. Fuß nach hinten stellen, re. Fuß neben den li. Fuß stellen (&), li. Fuß nach vorn stellen
7 - 8 re. Fuß nach vorn stellen, auf beiden Ballen eine 1/4 Drehung li. herum (3 Uhr)

Section 3

Cross, Side, Behind, 1/4 Turn L, Rock Forward, 1/2 Turn R, 1/4 Turn R

17 - 24

- 1 - 2 re. Fuß vorn dem li. Fuß kreuzen, li. Fuß nach li. stellen
3 - 4 re. Fuß hinter dem li. Fuß kreuzen, li. Fuß mit einer 1/4 Drehung li. nach vorn stellen (12 Uhr)
5 - 6 re. Fuß nach vorn stellen - li. Fuß etwas anheben, Gewicht zurück auf den li. Fuß
7 - 8 re. Fuß mit einer 1/2 Drehung re. nach vorn stellen, li. Fuß mit einer 1/4 Drehung re. nach li. stellen (9 Uhr)

Section 4

Behind, Side, Cross Shuffle, Side Rock, Cross Shuffle

25 - 32

- 1 - 2 re. Fuß hinter dem li. Fuß kreuzen, li. Fuß nach li. stellen
3 & 4 re. Fuß vor dem li. Fuß kreuzen, li. Fuß nach li. stellen (&), re. Fuß vor dem li. Fuß kreuzen
5 - 6 li. Fuß nach li. stellen - re. Fuß etwas anheben, Gewicht zurück auf den re. Fuß
7 & 8 li. Fuß vor dem re. Fuß kreuzen, re. Fuß nach re. stellen (&), li. Fuß vor dem re. Fuß kreuzen

Section 5

Kick Ball Cross, Side, Touch R - L

33 - 40

- 1 & 2 re. Fuß nach schräg re. vorn kicken, re. Ballen neben dem li. Fuß aufsetzen (&), li. Fuß vor dem re. Fuß kreuzen
3 - 4 großen Schritt nach re. mit dem re. Fuß, li. Fuß neben dem re. Fuß aufsetzen
5 & 6 li. Fuß nach schräg li. vorn kicken, li. Ballen neben dem re. Fuß aufsetzen (&), re. Fuß vor dem li. Fuß kreuzen
7 - 8 großen Schritt nach li. mit dem li. Fuß re. Fuß neben dem li. Fuß aufsetzen

Section 6

Heel, Heel & Heel, Heel & Heel & Heel & Rock Forward

41 - 48

- 1 - 2 re. Hacken 2x nach vorn auf tippen
- & 3 - 4 re. Fuß neben den li. Fuß stellen (&), li. Hacken 2x nach vorn auf tippen
- & 5 li. Fuß neben den re. Fuß stellen (&), re. Hacken nach vorn auf tippen
- & 6 re. Fuß neben den li. Fuß stellen (&), li. Hacken nach vorn auf tippen
- & 7 - 8 li. Fuß neben den re. Fuß stellen (&), re. Fuß nach vorn stellen - li. Fuß etwas anheben, Gewicht zurück auf den li. Fuß

Section 7

Shuffle Back, Rock Back, Shuffle with 1/2 Turn R & Shuffle with 1/4 Turn R

49 - 56

- 1 & 2 Shuffle nach hinten - re., li., re.
- 3 - 4 li. Fuß nach hinten stellen - re. Fuß etwas anheben, Gewicht zurück auf den re. Fuß
- 5 & 6 Shuffle mit einer 1/2 Drehung re. herum - li., re., li. (3 Uhr)
- 7 & 8 Shuffle mit einer 1/4 Drehung nach re. re., li., re. (6Uhr)

Section 8

Cross, Back, Side, Cross, Side Shuffle L, Rock Back

57 - 64

- 1 - 2 li. Fuß vor dem re. Fuß kreuzen, re. Fuß nach hinten stellen
- 3 - 4 li. Fuß nach li. stellen, re. Fuß vor dem li. Fuß kreuzen
- 5 & 6 Shuffle nach li. - li., re., li.
- 7 - 8 re. Fuß nach hinten stellen - li. Fuß etwas anheben, Gewicht zurück auf den li. Fuß

Tanz beginnt von vorn

Tag/Brücke (nach Ende der 1., 2. und 3. Runde)

Step, 1/4 Turn L 4x

- 1 - 2 re. Fuß nach vorn stellen, auf beiden Ballen eine 1/4 Drehung li. herum (3 Uhr)
- 3 - 4 re. Fuß nach vorn stellen, auf beiden Ballen eine 1/4 Drehung li. herum (12 Uhr)
- 5 - 6 re. Fuß nach vorn stellen, auf beiden Ballen eine 1/4 Drehung li. herum (9 Uhr)
- 7 - 8 re. Fuß nach vorn stellen, auf beiden Ballen eine 1/4 Drehung li. herum (6 Uhr)

Und denkt daran - Kopf hoch & lächeln, denn tanzen macht Spaß und das darf & soll jeder sehen!