

No Sleep (Fr)

LINEDANCE.COM

Count: 32

Wall: 4

Level: Intermédiaire

Choreographer: Guy Dubé & Serge Légaré - Février 2019

Music: No Sleep - Vanotek feat. Minelli

Intro: 16 comptes.

[1-8] 1/4 TURN L and SIDE TOUCH, TOUCH TOGETHER, STEP SIDE, ROCK BACK, SIDE CROSS, SIDE TOUCH, CROSS SAMBA

1&2 1/4 tour à gauche et toucher la pointe D à droite, pointe D à côté du pied G, pied D à droite

3&4 Pied G croisé derrière le pied D avec le poids, retour du poids sur le pied D, pied G à gauche

5-6 Pied D croisé derrière le pied G, toucher la pointe G à gauche

7&8 Pied G croisé devant le pied D, pied D à droite avec le poids, retour du poids sur le pied G

[9-16] CROSS, SWEEP, CROSS, BACK, 1/4 TURN L and STEP SIDE, 2X SWAY, CROSS, SIDE

1-2 Pied D croisé devant le pied G, balayer la pointe G en demi-cercle à l'extérieur de l'arrière vers l'avant

3&4 Pied G croisé devant le pied D, pied D derrière, 1/4 tour à gauche et pied G à gauche

5-6 Balancer les hanches à droite, balancer les hanches à gauche

7-8 Pied D croisé devant le pied G, pied G à gauche

[17-24] CROSS SAMBA, CROSS, TOUCH, SAILOR STEP in 1/2 TURN R, CROSS, SWEEP 1/4 TURN L

1&2 Pied D croisé devant le pied G, pied G à gauche avec poids, retour du poids sur pied D

3-4 Pied G croisé devant le pied D, toucher la pointe D à droite

5&6 Pied D croisé derrière le pied G, pied G sur place 1/2 tour à droite, pied D devant

7 Pied G croisé devant

8 Balayer la pointe D en demi-cercle à l'extérieur de l'arrière vers l'avant en 1/4 tour à gauche

[25-32] CROSS, MONTEREY TURN in 1/4 TURN L, SYNCOPATED JAZZ BOX in 1/4 TURN R, HITCH

- 1** Pied D croisé devant le pied G
- 2-3-4** Toucher la pointe G à gauche, 1/4 tour à gauche pied G à côté du pied D, toucher la pointe D à droite
- 5&6** Pied D croisé devant pied G, pied G derrière, 1/4 tour à droite pied D à droite
- 7-8** Pied G devant, lever le genou D

RECOMMENCER DU DÉBUT

Restart : À la 5e répétition de la danse (face à 12:00) faire les 16 premiers comptes et recommencer du début (face à 6:00)

Tag : À la 11e répétition de la danse (face à 3:00)

Marcher D,G,D,G devant et recommencer du début (face à 3:00).

Finale : 1/4 tour à droite et toucher la pointe D à droite

Last Update - 8 Mars 2019 - R4 - Final