

No Self Control!



Chorégraphe : Niels B. Poulsen (DNK - 2006)

Niveau : Débutant

Description : danse en ligne, 32 temps, 4 murs

Musique : "Self Control" (124 bpm) par Infernal (Single : Self Control)

Démarrage : sur les paroles après intro de 32 temps (décompte à partir du coup de batterie)

(1 à 8) WALK FWD R-L, SIDE ROCK RIGHT, STEP FWD RIGHT, ROCK LEFT FWD, ½ SHUFFLE TURN LEFT

1-2 PD devant, PG devant

&3-4 Rock Step latéral à D (Rock PD à D avec PdC, retour PdC sur PG), PD devant

5-6 Rock Step avant PG (Rock avant PG avec PdC, retour PdC sur PD)

7&8 Triple Step 1/2 tour à G (1/4 tour à G avec PG à G, PD à côté PG, 1/4 tour à G avec PG devant) (06:00)

(9 à 16) WALK FWD R-L, SIDE ROCK RIGHT, STEP FWD R, ROCK LEFT FWD, ¼ LEFT LEADING INTO CHASSE LEFT

1-2 PD devant, PG devant

&3-4 Rock Step latéral à D (Rock PD à D avec PdC, retour PdC sur PG), PD devant

5-7 Rock Step avant PG (Rock avant PG avec PdC, retour PdC sur PD)

7&8 Triple Step latéral 1/4 tour à G (1/4 tour à G avec PG à G, PD à côté PG, PG à G) (03:00)

(17 à 24) WEAWE, CROSS ROCK STEP, CHASSÉ TO RIGHT SIDE

1-4 Weave à G (PD croisé devant PG, PG à G, PD croisé derrière PG, PG à G)

5-6 Cross/Rock Step avant PD (Rock PD croisé devant PG avec PdC, retour PdC sur PG)

7&8 Triple Step latéral à D (PD à D, PG à côté PD, PD à D) (03:00)

(25 à 32) CROSS, TOUCH, CROSS, TOUCH, LEFT JAZZ BOX, TOUCH RIGHT NEXT TO LEFT

1-2 PG croisé devant PD, Touch pointe PD à D

3-4 PD croisé devant PG, Touch pointe PG à G

5-6 PG croisé devant PD, PD arrière

7-8 PG à G, Touch PD à côté PG (03:00)

Abréviations : PD = Pied Droit - PG = Pied Gauche - D = Droite - G = Gauche - PdC = Poids du Corps

Sources : <http://www.love-to-dance.dk> - <http://www.copperknob.co.uk> - notre vidéo "No Self Control!" avec Niels Poulsen devant les danseurs (Tours (37), Festival "American Tours" - juil. 2015) -

Réalisation : <http://www.aboutwesternlinedance.fr> -

Fiche modifiée le 13/10/2015