

No Rules

(1 wall line dance)

Choreograaf: Marie Norstedt & Elisabeth Lindqvist (Maart 2007)

Tellen: 64 tellen

Niveau: Intermediate

Muziek: The Ark – The worrying kind (132 BPM)

Intro: Gezicht naar de achterste muur - gewicht op LV, L-hand op taille, R-arm in de lucht en voel 16 tellen de muziek

Maak dan ½ draai rechtsom op de LV en begin de dans

Chassé, back rock step, shuffle 1/2 turn, sailor step

1&2 RV stap rechts opzij, LV stap naast RV, RV stap rechts opzij

3- 4 LV rock achter, rock terug op RV

5&6 LV shuffle met ½ draai rechtsom (links, rechts, links)

7&8 RV stap gekruist achter LV, LV stap links opzij, RV stap op de plaats

Jazzbox, kick ball step walk L,R

9- 12 LV stap gekruist voor RV, RV stap achter, LV stap links opzij, RV stap voor

13&14 LV schop voor, LV stap naast RV, RV stap voor

15- 16 LV stap voor, RV stap voor

Kick ball step, cross, side & 1/2 turn left, chassé, step turn

17&18 LV schop voor, LV stap naast RV, RV stap voor

19- 20 LV stap gekruist voor RV, RV stap rechts opzij met ½ draai linksom

21&22 LV stap links opzij, RV stap naast LV, LV stap links opzij

23- 24 RV stap voor, pivot turn ½ draai linksom (gewicht op LV)

Shuffle 1/2 turn L, rock step, funny walks

25&26 RV shuffle met ½ draai linksom (rechts, links, rechts)

27- 28 LV rock achter, rock terug op RV

29- 32 LV stap voor, RV stap voor, LV stap voor, RV stap voor (beweeg knieën naar buiten en binnen-funny walk)

Shuffle, step & clap, step & clap, slap, touch

33&34 LV shuffle naar voor (links, rechts, links)

35-36& RV stap rechts opzij, rust en klap in de handen, LV stap naast RV

37- 38 RV stap rechts opzij, rust en klap in de handen

39- 40 LV hook achter R-been en tik aan met R-hand, LV tik links opzij

Jazzbox, step 1/2 turn, step 1/4 turn

41- 44 LV stap gekruist voor RV, RV stap achter, LV stap links opzij, RV stap voor

45- 48 LV stap voor, pivot turn ½ draai rechtsom, LV stap voor, pivot ¼ draai rechtsom (gewicht op RV)

41-44 L cross over R, R step back, L step to L side. R step forward,

Hop, clap, Hop, clap Toe strut

&49-50 LV spring naar voor, RV spring naar voor, rust en klap in de handen

&51-52 LV spring naar achter, RV spring naar achter, rust en klap in de handen

53- 56 LV stap op teen voor, LV zet hak neer, RV stap op teen voor, RV zet hak neer

Heel switches, 1/4 step turn, cross shuffle, full turn

57&58& LV tik hak voor, LV stap naast RV, RV tik hak voor, RV stap naast LV

59-60 LV stap voor, pivot ¼ draai rechtsom (gewicht op RV)

61&62 LV stap gekruist voor RV, RV stap rechts opzij, LV stap gekruist voor RV

63-64& RV stap achter met ¼ draai linksom, LV stap links opzij met ½ draai linksom, maak op de LV ¼ draai linksom

Herhaal alles

Tag: Word gedanst na de tweede muur (12 tellen) en na de vierde muur (16 tellen)

1- 4 RV grote stap rechts opzij, LV sleep naast RV in drie tellen (gewicht op RV)

5- 8 LV stap, RV stap, LV stap, RV stap en maak tijdens deze vier tellen ½ draai linksom

9- 12 Poseer (hetzelfde als bij de intro) gewicht op LV – houd rust tot de muziek weer begint – maak dan ½ draai rechtsom op de LV en begin bij tel 1 van de dans

13- 16 Zie 9-12 – poseer 4 tellen langer na de vierde muur