

NO APOLOGY

Choreograaf: Maggie Gallagher (januari 2018)
Muren: 4
Niveau: 4
Tellen: 48
Muziek: Keala Settle – This is me
Intro: 16 tellen
Tags/Restarts: 1 tag, 1 restart, 1 tag met restart



1. STEP 1 – 8:

SIDE, ½ TURN R. COASTER STEP, CROSS-SIDE-BACK, BACK-SIDE-STEP, STEP

1. LV grote stap opzij en sleep LV tot naast RV
- 2.&3. draai ½ rechtsom en RV stap achter, LV stap naast RV, RV stap voor [1:30]
- 4.&5. LV stap gekruist voor RV, draai ½ linksom en RV stap opzij, draai ½ door en LV stap achter [10:30]
- 6.&7. RV stap achter, draai ¼ linksom en LV stap opzij, draai ½ door en RV stap voor [6]
8. LV stap voor [6]

2. STEP 9 - 15:

½ TURN R., STEP, TRIPLE FULL TURN L., BALL-PRESS, RECOVER, &-BACK

- 1.2. draai ½ rechtsom, LV stap voor
- 3.&4. draai ½ linksom en RV stap achter, draai ½ door en LV stap voor, RV stap voor
- &.5.6. LV stap naast RV, RV duw voor, gewicht terug op LV
- &.7. RV stap naast LV, LV stap achter [12]

3. STEP 16 – 24:

½ TURN R. SHUFFLE, ¼ TURN R. WITH SWEEP, BEHIND-SIDE-CROSS, SIDE, BACK-ROCK, SIDE, BACK-ROCK

- 8.&.1. Draai ½ rechtsom en RV stap voor, LV sluit bij RV, RV stap voor
2. draai ¼ rechtsom en LV stap achter en zwaai RV over de grond van voor naar achter
- 3.&.4. RV stap gekruist achter LV, LV stap opzij, RV stap gekruist voor LV
- 5.6.&. LV stap opzij, RV zet gekruist achter LV, gewicht terug op LV
- 7.8.&. RV stap opzij, LV zet gekruist achter RV, gewicht terug op RV [3]

* R * [9] Tijdens de 3^e muur: begin de dans opnieuw

* TAG 2 & R * [9] Tijdens de 7^e muur: voeg 2 tellen tag toe en begin de dans opnieuw

4. STEP 25 – 32:

¼ TURN L., ½ TURN L. RUN 2X, ¼ TURN L., ¼ TURN SWEEP, CROSS, BACK-SIDE, CROSS, POINT

- 1.2.&. LV stap ¼ linksom, RV stap ½ linksom voor, LV stap ½ linksom voor
- 3.4. draai ¼ linksom en RV stap voor, LV stap ¼ linksom voor en zwaai RV over de vloer van achter naar voor
- 5.6.&. RV stap gekruist voor LV, LV stap achter, RV stap opzij
- 7.8. LV stap gekruist voor RV, RV tik opzij [3]

5. STEP 33 – 40:

TOUCH & HEEL & CROSS & HEEL &, CROSS, SIDE-TOUCH, SIDE-TOUCH-SIDE

- 1.&.2.&. RV tik naast LV, RV stap iets achter, LV tik hak op L-diagonaal, LV stap naast RV
- 3.&.4.&. RV stap gekruist voor LV, LV stap iets achter, RV tik hak op R-diagonaal, RV stap naast LV
- 5.6.&. LV stap gekruist voor RV, RV stap opzij, LV tik naast RV
- 7.&.8. LV stap opzij, RV tik naast LV, RV stap opzij [3]

6. STEP 41 – 48:

¼ TURN L. COASTER STEP, PIVOT ½ TURN L., ¼ TURN L. SIDE ROCK, SWAY 2X

- 1.&.2. draai ¼ linksom en LV stap achter, RV stap naast LV, LV stap voor
- 3.4. RV stap voor, draai ½ linksom
- 5.6.&. draai ¼ linksom en RV zet opzij, gewicht terug op LV, RV stap naast LV
- 7.8. LV stap iets opzij en zwaai heupen links, zwaai heupen rechts [3]

* TAG 1 * [3] Aan het eind van de 1^e muur: voeg 4 tellen tag toe en begin de dans opnieuw

TAG 1

Aan het eind van de 1^e muur dans onderstaand en begin de dans opnieuw

SWAY 4X

- 1.2. zwaai heupen links, zwaai heupen rechts
- 3.4. zwaai heupen links, zwaai heupen rechts

TAG 2

Tijdens de 7^e muur dans onderstaand en begin de dans opnieuw

SWAY 2X

- 1.2. zwaai heupen links, zwaai heupen rechts