

I'm No Good

64 count / 2-wall
Beginner/Intermediate



LIECHTENSTEIN

Choreographie:

Rachael McEnaney

02/2011

Musik: I'm No Good (For Ya Baby) by Laura Bell Bundy, Album: Achin' & Shakin' (120 bpm)

Intro: 32 Counts. Beginne beim Gesang

1 -8 Walk RL, R fwd rock step , R coaster step, step L, 1/2 turn R – weight ends R

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und LF Schritt vorwärts
- 3, 4 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 5 + 6 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt vorwärts
- 7, 8 LF Schritt vorwärts und ½ Rechtsdrehung auf den Fußballen (Gewicht RF)

9 - 16 Walk LR, L fwd rock step, L coaster step, step R, 1/4 turn L – weight ends L

- 1, 2 LF Schritt vorwärts und RF Schritt vorwärts
- 3, 4 LF Schritt vorwärts (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 5 + 6 LF Schritt zurück, RF neben LF absetzen, LF Schritt vorwärts
- 7, 8 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)

17 - 24 Weave crossing R over - L side - R behind – 1/4 turn L fwd L, rock step fwd R, 1/2 turn R, 1/4 turn R – weight L

- 1, 2 RF vor dem LF kreuzen und LF Schritt nach links
- 3, 4 RF hinter dem LF kreuzen und ¼ Linksdrehung mit dem LF
- 5, 6 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF
- 7, 8 ½ Rechtsdrehung auf RF Schritt und ¼ Rechtsdrehung & LF Schritt nach links

25 - 32 Cross R behind, side L, R crossing shuffle, L side rock, L crossing shuffle

- 1, 2 RF hinter dem LF kreuzen und LF Schritt nach links
- 3 + 4 RF weit über dem LF kreuzen, LF etwas zum RF heransetzen, RF weiter über dem LF kreuzen
- 5, 6 LF Schritt nach links (rechte Ferse anheben) und Gewicht zurück auf RF
- 7 + 8 LF weit über dem RF kreuzen, RF etwas zum LF heransetzen, LF weiter über dem RF kreuzen

33 - 40 R kick ball cross, side R, touch L, L kick ball cross, side L, touch R – weight ends L

- 1 + RF nach schräg rechts vorne kicken, rechten Fußballen neben LF absetzen
- 2 LF vor dem RF kreuzen
- 3, 4 RF großen Schritt nach rechts und LF neben RF auf tippen
- 5 + 6 LF nach schräg links vorne kicken, linken Fußballen neben RF absetzen, RF vor dem LF kreuzen
- 7, 8 LF großen Schritt nach links und RF neben LF auf tippen

41 – 48 2 R heel touches, 2 L heel touches, R heel, L heel, rock step fwd R, - weight ends L

- 1, 2 2 x rechte Ferse vorne auf tippen
- + RF neben LF absetzen
- 3, 4 2 x linke Ferse vorne auf tippen
- + 5 LF neben RF absetzen und rechte Ferse vorne auf tippen
- + 6 RF neben LF absetzen und linke Ferse vorne auf tippen
- + LF neben RF absetzen
- 7, 8 RF Schritt vorwärts (linke Ferse anheben) und Gewicht zurück auf LF

49 - 56 R back shuffle, L back rock, 1/2 turn R doing L shuffle, 1/4 turn R doing R chasse

- 1,+ 2 RF Schritt zurück, LF neben RF absetzen, RF Schritt zurück
- 3, 4 LF Schritt zurück (RF leicht anheben) und Gewicht vor auf RF
- 5 + 6 ½ Rechtsdrehung mit 3 Cha Cha Schritten vorwärts (LF, RF, LF)
- 7 + 8 ¼ Rechtsdrehung mit 3 Cha Cha Schritten rückwärts (RF, LF, RF) 6:00

57 - 64 L jazz box cross, L chasse, R back rock

- 1, 2 LF vor dem RF kreuzen und RF Schritt zurück
- 3, 4 LF Schritt nach links und RF vor dem LF kreuzen
- 5 + 6 LF Schritt nach links, RF neben LF absetzen, LF Schritt nach links
- 7, 8 RF Schritt zurück (linke Ferse leicht anheben) und Gewicht vor auf LF

Tanz beginnt wieder von vorne

Brücke: Am Ende des 1., 2. und 3. Durchgangs tanze zusätzlich

- 1, 2 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)
- 3, 4 RF Schritt vorwärts und ¼ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)

5, 6 RF Schritt vorwärts und $\frac{1}{4}$ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)

7, 8 RF Schritt vorwärts und $\frac{1}{4}$ Linksdrehung auf den Fußballen (Gewicht LF)