

# It's Not Ok



**Chorégraphes :** Stéphane Cormier & Nicolas Lachance (CAN - 2009)

**Niveau :** Intermédiaire

**Description :** danse en ligne, 64 temps, 4 murs

**Musique :** "It's Not OK" (134 bpm) par Zac Brown Band (CD : The Foundation)

**Démarrage :** sur les paroles après intro de 16 temps (+ pré-intro de 16 temps)

## (1 à 8) STOMP R., STAMP L., APPLE JACKS, HELL SWITCHES, TOUCH, RIGHT BEHIND, ¼ TURN R. STEP R. IN PLACE

1-2 Stomp avant PD, Stamp PG à côté PD (sans prendre PdC)

&3 (PdC sur talon PG et pointe PD) pivot pointe PG avec talon PD à G, retour au centre

&4 (PdC sur talon PD et pointe PG) pivot pointe PD avec talon PG à D, retour au centre

5&6 Touch avant talon PD, PD à côté PG, Touch avant talon PG

&7-8 PG à côté PD, Touch arrière pointe PD, faire un 1/4 tour à D (PdC sur PD)

## (9 à 16) CROSS & KICK & SHUFFLE CROSS, ROCK SIDE, WEAVE

1&2 PG croisé devant PD, PD à D, Kick avant PG dans diagonale G

&3&4 PG à côté PD, PD croisé devant PG, PG à G, PD croisé devant PG

5-6 Rock Step latéral à G (Rock PG à G avec PdC, retour PdC sur PD)

7&8 PG croisé derrière PD, PD à D, PG croisé devant PD

## (17 à 24) KICK BALL CROSS, ¼ TURN RIGHT SHUFFLE, ROCK STEP FORWARD, SHUFFLE BACK

1&2 Kick avant PD, plante PD derrière, PG croisé devant PD

3&4 Triple Step avant PD 1/4 tour à D (1/4 tour à D avec PD devant, PG à côté PD, PD devant)

5-6 Rock Step avant PG

7&8 Triple Step arrière PG (PG derrière, PD à côté PG, PG derrière)

## (24 à 32) BACK (OUT, OUT) CLAP, BACK (IN, CROSS) UNWIND, TRIPLE STEP R. FWD, ¼ TURN TRIPLE STEP L. FWD

&1-2 PD derrière (petit Jump "Out"), PG derrière (petit Jump "Out"), Clap

&3-4 PD derrière ("In"), PG croisé devant PD, Unwind 1/2 tour à D

5&6 Triple Step avant PD sur place (D, G, D)

7&8 Triple Step avant PG 1/4 tour à G (G, D, G)

## (33 à 40) KICK RIGHT FORWARD, KICK DIAGONAL, SAILOR STEP, KICK LEFT, FWD, KICK DIAGONAL, SAILOR STEP

1-2 kick avant PD, Kick avant PD dans diagonale

3&4 Sailor Step PD (PD derrière PG, plante PG à G, PD à D)

5-6 Kick avant PG, Kick avant PG dans diagonale

7&8 Sailor Step PG

## (40 à 48) ROCK RIGHT FORWARD, TRIPLE STEP RIGHT ½ TURN RIGHT, RUNNING MAN, SHUFFLE FORWARD

1-2 Rock Step avant PD

3&4 Triple Step 1/2 tour à D (D, G, D)

5& PG devant, Scoot arrière sur PG en levant genou D

6& PD devant, Scoot arrière sur PD en levant genou G

7&8 Triple Step avant PG (G, D, G)

## (49 à 56) ROCK RIGHT FWD, TRIPLE STEP RIGHT ¼ TURN RIGHT, HEEL GRIND L. WHIT ¼ TURN R., COASTER STEP

1-2 Rock Step avant PD

3&4 Triple Step PD 1/4 tour à D (D, G, D)

5-6 Heel Grind avant talon PG 1/4 tour à G (pose talon PG devant avec PdC et pivot 1/4 tour pointe PG à G, PD à côté PG)

7&8 Coaster Step PG (PG derrière, PD à côté PG, PG légèrement devant avec PdC)

## (57 à 64) DWIGHT STEPS, DWIGHT STEPS SYNCOPATED, KICK RIGHT DIAGONAL OVER LEFT, STEP RIGHT FWD, TOUCH LEFT BEHIND RIGHT, STEP LEFT IN PLACE, KICK RIGHT FWD, STOMP RIGHT, STOMP LEFT

1 (toujours PdC sur PG) Touch "In" pointe PD à côté PG (avec talon "Out")

2 (toujours PdC sur PG) Touch avant talon PD (avec pointe "Out")

3 (toujours PdC sur PG) Touch "In" pointe PD à côté PG (avec talon "Out")

4 (toujours PdC sur PG) Touch avant talon PD (avec pointe "Out")

5&6 (toujours PdC sur PG) Kick avant PD dans diagonale G, PD légèrement devant, Touch PG derrière PD

&7&8 PG derrière, Kick avant PD, Stomp PD à côté PG, Stomp PG à côté PD

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

**Source :** <http://www.cowboys-quebec.com>

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

Fiche modifiée le 24/05/2013