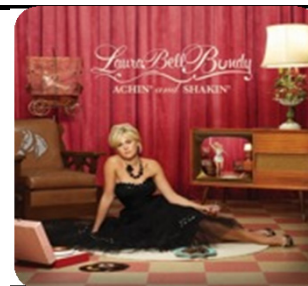


I'm No Good

32 takter 2 wall, Intermediate Linedance.
Koreograf: Rachael McEnaney (Februar 2011).
Musikk: I'm No Good - Laura Bell Bundy.
CD: [Laura Bell Bundy - Achin & Shakin' \(2010\).](#)
Alt:
Intro: Start dansen ved vokalen etter 32 taktslag (16 sekunder).
Motion: Smooth (West Coast Swing).
Tempo: 120 BPM.

Videolink: <http://www.youtube.com/watch?v=cDuOTwYve9c>



| | | |
|--------------|---|-------|
| 1 - 8 | Walk forward, Rock Step, Coaster Step, Step, 1/2 turn. | |
| 1,2 | Step fram på høyre (1), Step fram på venstre (2). | 12:00 |
| 3,4 | Step fram på høyre (3), Rock (recover) tilbake igjen på venstre (4). | |
| 5&6 | Step bak på høyre (5), Step venstre inntil høyre (&), Step fram på høyre (6). | |
| 7,8 | Step fram på venstre (7), Snu (swivel) 180 grader mot høyre (8). | 06:00 |

| | | |
|---------------|---|-------|
| 9 - 16 | Walk forward, Rock Step, Coaster Step, Step, 1/4 turn. | |
| 1,2 | Step fram på venstre (1), Step fram på høyre (2). | |
| 3,4 | Step fram på venstre (3), Rock (recover) tilbake igjen på høyre (4). | |
| 5&6 | Step bak på venstre (5), Step høyre inntil venstre (&), Step fram på venstre (6). | |
| 7,8 | Step fram på høyre (7), Snu (swivel) 90 grader mot venstre (8). | 03:00 |

| | | |
|----------------|--|-------|
| 17 - 24 | Weave 1/4 turn, Rock Step, 1/2 Pivot turn, 1/4 Pivot turn. | |
| 1,2 | Step høyre i kryss over venstre (1), Step venstre til venstre side (2). | |
| 3,4 | Step høyre i kryss bak venstre (3), Snu 90 grader mot venstre og Step fram på venstre (4). | 12:00 |
| 5,6 | Step fram på høyre (5), Rock (recover) tilbake igjen på venstre (6). | |
| 7 | Snu (pivot) 180 grader mot høyre og Step fram på høyre (7). | 06:00 |
| 8 | Snu (pivot) 90 grader mot høyre og Step venstre til venstre side (8). | 09:00 |

| | | |
|----------------|---|--|
| 25 - 32 | Weave into Cross Shuffle, Side Rock, Cross Shuffle. | |
| 1,2 | Step høyre i kryss bak venstre (1), Step venstre til venstre side (2). | |
| 3&4 | Step høyre i kryss over venstre (3), Step venstre til venstre (&), Step høyre i kryss over venstre (4). | |
| 5,6 | Step venstre til venstre side (5), Rock (recover) tilbake igjen på høyre (6). | |
| 7&8 | Step venstre i kryss over høyre (7), Step høyre til høyre side (&), Step venstre i kryss over h. (8). | |

| | | |
|----------------|---|-------|
| 33 - 40 | Kick-Ball-Cross, Side, Slide, Kick-Ball-Cross, Side, Slide. | |
| 1&2 | Kick høyre fot diagonalt fram til høyre (1). | 10:30 |
| &2 | Step høyre inntil venstre (&), Step venstre i kryss over høyre (2). | |
| 3,4 | Step høyre langt til høyre side (3), Slide venstre fot etter høyre (4). | 09:00 |
| 5 | Kick venstre fot diagonalt fram til venstre (5). | 07:30 |
| &6 | Step venstre inntil høyre (&), Step høyre i kryss over venstre (6). | |
| 7,8 | Step venstre langt til venstre side (7), Slide høyre fot etter venstre (8). | 09:00 |

| | | |
|----------------|--|--|
| 41 - 48 | Heel taps, Heel switches, Rock Step. | |
| 1,2& | Tap høyre hel fram 2x (1,2), Step høyre inntil venstre (&). | |
| 3,4& | Tap venstre hel fram 2x (3,4), Step venstre inntil høyre (&). | |
| 5& | Touch høyre hel fram (5), Step høyre inntil venstre (&). | |
| 6& | Touch venstre hel fram (6), Step venstre inntil høyre (&). | |
| 7,8 | Step fram på høyre (7), Rock (recover) tilbake igjen på venstre (8). | |

| | | |
|----------------|--|-------|
| 49 - 56 | Shuffle back, Rock Step back, Shuffle 1/2 turn, 1/4 turn into Side Shuffle. | |
| 1&2 | Step bak på høyre (1), Step venstre inntil høyre (&), Step bak på høyre (2). | |
| 3,4 | Step bak på venstre (3), Rock (recover) fram igjen på høyre (4). | |
| 5&6 | Shuffle 1/2 turn mot høyre ved å Steppe venstre, høyre, venstre (5&6). | 03:00 |
| 7 | Snu (pivot) 90 grader mot høyre og Step høyre til høyre side (7). | 06:00 |
| &8 | Step venstre inntil høyre (&), Step høyre til høyre side (8). | |

57 - 64 Left Jazz Box, Side Shuffle, Rock Step back.

- | | |
|-----|--|
| 1,2 | Step venstre i kryss over høyre (1), Step bak på høyre (2). |
| 3,4 | Step venstre til venstre side (3), Step høyre i kryss over venstre (4). |
| 5&6 | Step venstre til venstre side (5), Step høyre inntil venstre (&), Step venstre til venstre side (6). |
| 7,8 | Step bak på høyre (7), Rock (recover) fram igjen på venstre (8). |

Tag: *Danses etter vegg nr. 1,2 og 3.***1 - 8 Step, 1/4 turn x4.**

- | | | |
|-----|---|-------|
| 1,2 | Step fram på høyre (1), Snu (swivel) 90 grader mot venstre (2). | 03:00 |
| 3,4 | Step fram på høyre (3), Snu (swivel) 90 grader mot venstre (4). | 12:00 |
| 5,6 | Step fram på høyre (5), Snu (swivel) 90 grader mot venstre (6). | 09:00 |
| 7,8 | Step fram på høyre (7), Snu (swivel) 90 grader mot venstre (8). | 06:00 |