

No Panic (Januari 2018)
Choreografie : Niels Poulsen
Soort dans : 4 muurs lijndans
Niveau : Intermediate
Tellen : 48
Intro : 8 tellen

Basic R and L, side R, behind sweep, behind side cross turning 1/8 L

1 RV stap opzij
2 LV stap gekruist achter RV
& RV stap gekruist voor LV
3 LV stap opzij
4 RV stap gekruist achter LV
& LV stap gekruist voor RV
5 RV stap opzij
6 LV stap gekruist achter RV
en sweep naar achter
7 RV stap gekruist achter LV
& LV stap opzij
8 RV 1/8 draai linksom,
stap gekruist voor LV (10.30)

L mambo step, R back lock step, L full turn sweep, behind side cross

1 LV rock voor
& RV gewicht terug
2 LV stap achter (10.30)
3 RV stap achter
& LV rock voor RV
4 RV stap achter
5 LV 1/2 draai linksom, stap voor (04.30)
6 RV 1/2 draai linksom, stap voor
en LV sweep naar achter (10.30)
7 LV stap gekruist achter RV
& RV stap opzij
8 LV stap gekruist voor RV

R side rock cross with 1/8 L, L side rock cross, R side rock 1/4 L, L mambo 1/4 L

1 RV 1/8 draai linksom, rock opzij (09.00)
& LV gewicht terug
2 RV stap gekruist voor LV
3 LV rock opzij
& RV gewicht terug
4 LV stap gekruist voor RV
5 RV rock opzij
& LV 1/4 draai linksom, gewicht terug (06.00)
6 RV stap voet
7 LV rock voor
& RV gewicht terug
8 LV 1/4 draai linksom, stap opzij (03.00)

Vertaling : [All Country](#)
Muziek : Everything's Gonna Be Alright
Artiest : David Lee Murphy feat. Kenny Chesney
Tempo : 90 BPM
[Dansvideo](#)

Cross rock, side rock, back rock, R scissor step, 1/4 R back, R back lock step

1 RV rock gekruist voor LV
& LV gewicht terug
2 RV rock opzij
& LV gewicht terug
3 RV rock achter
& LV gewicht terug
4 RV stap opzij
& LV stap naast RV
5 RV stap opzij
6 LV 1/4 draai rechtsom, stap achter (06.00)
7 RV stap achter
& LV lock gekruist voor RV
8 RV stap achter

L back rock, L lock step with 1/2 R, R back rock, R syncopated jazz box

1 LV rock achter
2 RV gewicht terug
3 LV 1/4 draai rechtsom, stap achter (09.00)
& RV lock voor LV
4 LV 1/4 draai rechtsom, stap achter (12.00)
5 RV rock achter
6 LV gewicht terug
7 RV stap gekruist voor LV
8 LV stap achter
& RV stapje opzij

Cross point X 2, together, Monterey 1/2 R into L scissor step

1 LV stap gekruist voor RV
2 RV tik teen opzij
3 RV stap gekruist voor LV
4 LV tik teen opzij
& LV stap naast RV
5 RV tik teen opzij
6 RV 1/2 draai rechtsom, stap naast LV (06.00)
7 LV stap opzij
& RV stap naast LV
8 LV stap gekruist voor RV

Begin opnieuw

Einde: Muur 7 begint op 12.00 uur.
Dans t/m tel 4& van het laatste blokje
en doe dan:
RV 1/2 draai rechtsom, stap opzij (12.00)