

# No Me Mires Mas (fr)

拍數: 64      牆數: 4      級數: Novice  
編舞者: Christelle Foissey (FR) - Février 2016  
音樂: No Me Mires Mas de Kendji Girac et Soprano - 94 BPM



**Intro: démarrer après les 32 premiers temps - \*3 Restarts**

**[1-8]: Mambo R forward, Mambo L back, shuffle R back, shuffle L back**

1 &2      pied droit en avant (poids du corps sur PD), pied gauche sur place (poids du corps sur PG),  
pied droit à côté de gauche (poids du corps sur PD)  
3&4      pied gauche en arrière (poids du corps sur PG), pied droit sur place (poids du corps sur PD),  
pied gauche à côté de droit (poids du corps sur PG)  
5&6      PD recule, PG rejoint PD, PD recule  
7&8      PG recule, PD rejoint PG, PG recule

**[9-16]: shuffle R back, shuffle L back, mambo R back, mambo L back**

1&2      PD recule, PG rejoint PD, PD recule  
3&4      PG recule, PD rejoint PG, PG recule  
5&6      pied droit en arrière (poids du corps sur PD), pied gauche sur place (poids du corps sur PG),  
pied droit à côté de gauche (poids du corps sur PD)  
7&8      pied gauche en arrière (poids du corps sur PG), pied droit sur place (poids du corps sur PD),  
pied gauche à côté de droit (poids du corps sur PG)

**[17-24]: Side rock cross R, side rock cross L, ¾ turn walk around on your left RLRL (with shimmy)**

1&2      Pose PD à droite, revient poids du corps à gauche, pose pied droit croisé devant pied  
gauche (avec poids du corps sur PD)  
3&4      pose PG à gauche, revient poids du corps à droite, pose pied gauche croisé devant pied droit  
(avec poids du corps sur PG)  
5-6-7-8      faire un ¾ de tour sur la gauche(en marchant en arc de cercle) et en faisant des shimmys (on  
secoue les épaules à tour de rôle) : marche PD en cross en 8eme de tour, marche PG en  
8eme de tour, marche PD en ¼ de tour, marche PG en 1/4 de tour (on termine face au mur  
de 3 heures)

**[25-32]: Mambo R forward, mambo L back, basic R**

1&2      pied droit en avant (poids du corps sur PD), pied gauche sur place (poids du corps sur PG),  
pied droit à côté de gauche (poids du corps sur PD)  
3&4      pied gauche en arrière (poids du corps sur PG), pied droit sur place (poids du corps sur PD),  
pied gauche à côté de droit (poids du corps sur PG)  
5-6      pose PD à droite, PG rejoint PD en reprenant le poids du corps à gauche  
7-8      pose PD à droite, pose la plante du PG à côté du PD en touch

**\*1ER Restart au 2ème mur**

**\*2eme Restart au 4ème mur**

**\*3eme Restart au 6ème mur**

**(Avant tous les restart : à la fin du temps 32 ne pas finir en touch gauche mais reprendre le poids du corps sur le PG)**

**[33-40]: slide L, touch R, step R forward, ¼ turn on Left, ¾ turn walk around on your right RLRL by opening the arms on the side the palms turned upwards**

1-2      faire un grand pas sur la gauche, puis pose plante PD à côté de PG  
3-4      pose PD devant, faire un quart de tour sur la gauche en reprenant poids du corps à gauche

5-6-7-8 faire un  $\frac{3}{4}$  de tour sur la droite en marchant en arc de cercle et en ouvrant les bras sur le côté les paumes tournées vers le haut : marche PD en 8eme de tour vers la droite, marche PG en 8eme de tour , marche PD en  $\frac{1}{4}$  de tour, marche PG en  $\frac{1}{4}$  de tour (on termine sur le mur de 9 heures)

**[41-48]: side step R, together, triple step R, side step L, together, triple step L**

1-2 pose PD à droite, PG rejoint PD en reprenant le poids du corps sur PG  
3&4 pose PD à droite, PG rejoint PD, pose PD à droite  
5-6 pose PG à gauche, PD rejoint PG en reprenant poids du corps à droite  
7&8 pose PG à gauche, PD rejoint PG, pose PG à gauche

**[49-56]: jazz box R with  $\frac{1}{4}$  turn R, jazz box R with  $\frac{1}{4}$  turn R**

1-2-3-4 croise PD devant PG, recule PG, pose PD en quart de tour à droite, avance PG en avant  
5-6-7-8 croise PD devant PG, recule PG, pose PD en quart de tour à droite, avance PG en avant

**[57-64]: Side rock R, cross shuffle, side rock L, cross shuffle**

1-2 pose PD à droite revenir poids du corps sur PG  
3&4 pose PD croisé devant gauche, pose PG à gauche, pose PD croisé devant PG  
5-6 pose PG à droite revenir poids du corps sur PD  
7&8 pose PG croisé devant gauche, pose PD à gauche, pose PG croisé devant PD

Contact : [christelfoissey@free.fr](mailto:christelfoissey@free.fr)

---