

She`s not afraid



Choreographie: The Darlings (Dylan DeClue, Sofia Bolzano, Pol F.Rayn)

Level: Phrased

Musik: She`s not afraid - One Direction

Sequenzen:

A - A - B - C - C1 - A - A - B - C - C1 - BModified - C - C1 - C1

Part A

Sec 1

Jazzbox with Cross, Side Step, Touch, Point, ¼Turn & Hitch

1-2 RF vor LF kreuzen, LF Schritt nach hinten

3-4 RF Schritt nach rechts, LF vor RF kreuzen

5-6 RF Schritt nach rechts, LF neben RF auftippen

7-8 LF links auftippen, ¼ Linksdrehung und dabei den LF vorne hochheben

Sec 2

Coaster Step, Scuff, Fullturn, Scuff, Stomp

1-2 LF Schritt nach hinten, RF an LF heransetzen

3-4 LF Schritt nach vorne, RF Bodenstreifer

5-6 ½ Linksdrehung, RF Schritt nach hinten, ½ Linksdrehung und LF Schritt nach vorne

7-8 RF Bodenstreifer, RF neben LF aufstampfen

Sec 3

Behind, ¼Turn, Step, Rock fwd, ½Turn, Scuff, Jump & Toe-R+L

1-2 LF hinter RF kreuzen, ¼ Rechtsdrehung und RF Schritt nach vorne

3-4 LF Schritt nach vorne, Gewicht zurück auf RF

5-6 ½ Linksdrehung, RF Bodenstreifer

&7 auf RF hüpfen und den LF an den RF heransetzen

&8 auf LF hüpfen und den RF an den LF heransetzen

Sec 4

Rock fwd R+L, Out-Out, Klapp 2x

1-2 RF Schritt nach vorne, Gewicht zurück auf den LF

3-4 LF Schritt nach vorne, Gewicht zurück auf den RF

5-6 RF Schritt diag. nach rechts vorne, LF Schritt diag. nach links vorne

7-8 2x in die Hände klatschen

Part B

Sec1

Sweep R+L, 2x Toe Strut ½ Turn

1-2 RF kreisend vor LF kreuzen

3-4 LF kreisend vor RF kreuzen

5-6 rechte Fußspitze vorne aufsetzen, beim absetzen ½ Linksdrehung

7-8 linke Fußspitze vorne aufsetzen, beim absetzen ½ Linksdrehung

Sec2

Sweep R+L, Vaudeville, Flick

1-2 RF kreisend vor LF kreuzen

3-4 LF kreisend vor RF kreuzen

5-6 RF vor LF kreuzen, LF Schritt nach hinten,

7-8 rechte Hacke rechts aufsetzen, RF nach hinten anheben

Sec 3

Step Back, Hook, Step Back, Touch, Out-Out, In with Cross, Fullturn

1-2 RF Schritt nach diag. rechts hinten, LF hinter RF anheben

3-4 LF Schritt nach diag. links hinten, RF neben LF auftippen

5 Sprung RF Schritt nach rechts vorne, LF Schritt nach links vorne

6 Sprung zurück - LF vor RF kreuzen,

7-8 ganze Rechtsdrehung

B Modified

SEC 1+2

SEC 3

Step, Hook R+L, ½ Turn R, ½ Turn R, ½ Turn R, Rock fwd

1-2 RF Schritt nach diag. rechts hinten, LF hinter RF anheben

3-4 LF Schritt nach diag. links hinten, RF hinter LF anheben

5-6 ½ Rechtsdrehung und RF Schritt nach vorne, ½ Rechtsdrehung und LF Schritt nach hinten

7-8 ½ Rechtsdrehung und RF Schritt nach vorne, LF Schritt nach vorne

SEC 4

½ Turn L 3x, Stomp

1-2 Hand zum Hut, Gewicht zurück auf RF

3-4 ½ Linksdrehung, LF Schritt nach vorne

5-6 ½ Linksdrehung, RF Schritt nach hinten

7-8 ½ Linksdrehung, RF neben LF aufstampfen

SEC 5

8x Hold

1-8 Halten

SEC 6

Slide rechts, ¼ Turn & Slide

1-4 RF langer Schritt nach rechts, LF an RF heranziehen

5-8 ¼ Linksdrehung, LF langer Schritt nach links, RF an LF heranziehen

SEC 7

2x ¼ Turn & Slide

1-4 ¼ Linksdrehung, RF langer Schritt nach rechts, LF an RF heranziehen

5-8 ¼ Linksdrehung, LF langer Schritt nach links, RF an LF heranziehen

SEC 8

Cross R, Cross L, Fullturn

1-2 RF vor LF kreuzen

3-4 LF vor RF kreuzen

5-8 ganze Rechtsdrehung

Part C1

Sec 1

Jump left with Heel, Close, Jump right with Heel, Close, Kick, Flick R+L

1-2 mit LF nach links springen und dabei die rechte Hacke rechts aufsetzen, wieder zurück springen

3-4 mit RF nach rechts springen und dabei die linke Hacke linkis aufsetzen, wieder zurück springen

5-6 RF nach vorne kicken, absetzen, LF hinten anheben,

7-8 LF nach vorne kicken, absetzen, RF hinten anheben,

Sec 2

Hitch, 2x Scoot, Flick, 2x Scoot Back, ¼ Turn, Kick, ¼ Flick, Kick, Stomp fwd

1-2 RF vorne hochheben und 2 hüpfen nach vorne,

3-4 RF vor LF kreuzen und LF nach hinten anheben und 2 Hüpfen nach hinten,

5-6 LF hinten absetzen und dabei ¼ Rechtsdrehung und RF nach vorne kicken, ¼ Rechtsdrehung, RF rechts vorne absetzen und LF hinten anheben,

7-8 LF nach vorne kicken, LF absetzen, RF vorne aufstampfen, (12:00 Uhr)

Sec 3

Swivel, ½ Turn & Funky Rock, Rondee with ¾ Turn, Rock back

1-2 Beide Hacken nach rechts drehen und wieder zurück,

3-4 ½ Rechtsdrehung dabei RF nach hinten - Hand zum Hut und linke Ferse aufdrehen, Gewicht zurück auf LF (Blickrichtung 3:00 Uhr)

5-6 mit RF - in kreisender Bewegung eine ¾ Linksdrehung (12:00 Uhr)

7-8 mit RF nach hinten springen - Gewicht zurück auf LF, RF hinten anheben

Sec 4

Jump Side, R-L-R, im Hitch - Jump 4x ¼ Turn

1&2 ¼ Linksdrehung mit RF nach rechts hüpfen, ½ Rechtsdrehung, mit LF nach links hüpfen

&3&4 ½ Linksdrehung - mit RF nach rechts hüpfen, LF anheben

5-8 auf RF 4 Hüpfen je ¼ Rechtsdrehung - Volle Drehung

Part C1

Part C + Section 5

Sec 5

Jump Out, Hook L+R+L, im Hitch - Jump 4x ¼ Turn, Stomp

1& LF nach vorne hüpfen (Oberkörper macht dabei eine ¼ Rechtsdrehung), LF vor RF anheben (Oberkörper zurück drehen auf 12:00 Uhr)

2& LF nach hinten hüpfen (Oberkörper macht dabei eine ¼ Linksdrehung), RF vor LF anheben (Oberkörper zurück drehen auf 12:00 Uhr)

3& RF nach hinten hüpfen, LF vorne anheben

4-8 auf RF 4 Hüpfen um die eigene Achse (Linksdrehung)
(12:00 Uhr) LF neben RF aufstampfen

Geschrieben für die ILD von Christina Völk & Andrea Heitner - 12. Oktober 2025

Quelle: YouTube, Workshop von Pol F.Ryan in Luxembourg, 27.09.2025