

# FOOLISH FEELINGS



& Niels Poulsen (DK)



(janvier 2025)

Faite à mes élèves de Loyettes le 4 décembre 2025, pour le Zanniversaire de notre Evelynée

Chorégraphes :

**Fred Whitehouse (IRE)**

& **Niels Poulsen (DK)**

Type : ligne, 72 à 88 temps, 1 mur, 92 à 116 comptes, 0 pause, 1 Bridge, 1 Restart, 1 Final

Niveau : INTERMEDIAIRE

Preparation : Just Bridu

<https://www.youtube.com/watch?v=VMkOzzjeRxg&list=PLa6A6Rhbr80xRNvEK7d3AjGaSHCkYxaG>

[https://www.youtube.com/watch?v=KsFe7Rpkm&list=PLa6A6Rhbr80wCM-vO\\_GGsFI7\\_HURP2nIO&index=32](https://www.youtube.com/watch?v=KsFe7Rpkm&list=PLa6A6Rhbr80wCM-vO_GGsFI7_HURP2nIO&index=32)

Réviser avec Niels : [https://www.youtube.com/watch?v=IL73mcL\\_gu4&list=PLa6A6Rhbr80xRNvEK7d3AjGaSHCkYxaG&index=33](https://www.youtube.com/watch?v=IL73mcL_gu4&list=PLa6A6Rhbr80xRNvEK7d3AjGaSHCkYxaG&index=33)

Avec Fred : [https://www.youtube.com/watch?v=CmyoQOUUH-w&list=PLa6A6Rhbr80wCM-vO\\_GGsFI7\\_HURP2nIO&index=33](https://www.youtube.com/watch?v=CmyoQOUUH-w&list=PLa6A6Rhbr80wCM-vO_GGsFI7_HURP2nIO&index=33)

Note : Lors de la 4e répétition, ajoutez un BRIDGE de 16 temps après 32 temps. Voir la description à la fin de la feuille.

Musique : **Stop - Nolan** Solilo : <https://www.youtube.com/watch?v=4WmVitBzXw&list=PLa6A6Rhbr80w7-cpnTv0j86OTjIp7i0Y&index=2>

Intro : 32 comptes depuis le début du morceau. App. 20 secs. Du morceau. Démarrer avec pdc sur PG.

Séquence : 72 16 72 32 B16 72 50

## SECTION COMPTES DESCRIPTION DES PAS

## PHRASE ORAL MUR

<b>1</b>	<b>1 à 9 R BACK ROCK, R LOCK STEP SWEEP, CROSS, R SCISSOR STEP, BIG STEP L, SLIDE R</b>	
1 – 2	ROCK arrière D (1) – Retour pdc sur G (2)	<b>BACK ROCK</b> 12:00
3&4	PD en avant (3) – LOCK G derrière D (&) - PD en avant avec SWEEP G en avant (4)	<b>STEP LOCK SWEEP</b> 12:00
5	CROSS G devant D (5)	<b>CROSS</b> 12:00
6&7	PD à D (6) – PG à côté du D (&) - CROSS D devant G (7)	<b>SIDE &amp; CROSS</b> 12:00
8 – 1	Grand PG à G (8) – SLIDE D vers G (1)	<b>SLIDE SLIDE</b> 12:00
<b>2</b>	<b>&amp;10 à 16 BALL CROSS, R CHASSE SWAY, WALK BACK LR WITH HEEL GRINDS, L BACK LOCK STEP</b>	
&2	Petit PD arrière (&) - CROSS G devant D (2)	<b>BALL CROSS</b> 12:00
3&4	PD à D (3) – PG à côté du D (&) - PD à D en balançant le corps à D (4)	<b>CHASSE SWAY</b> 12:00
5 – 6	PG arrière avec HEEL GRIND D & TOE FAN à D (5) – PD arrière avec HEEL GRIND G & TOE FAN à G (6)	<b>BACK BACK</b> 12:00
7&8	PG arrière (7) – LOCK D devant G (&) - PG arrière (8)	<b>BACK LOCK BACK</b> 12:00
	* Restart au mur 2	12:00
<b>3</b>	<b>17 à 24 ½ R SIDE, TOUCH TOGETHER, ¼ L X 2, CROSS, ¼ R X 2, R SAILOR ½ R FWD</b>	
1 – 2	1/4 Tr à G avec PD à D (1) – TOUCH G à côté du D (2) 3:00	<b>1/4 TOUCH</b> 03:00
3&4	1/4 Tr à G avec PG en avant (3) – 1/4 Tr à G avec PD à D (&) - CROSS G devant D (4)	<b>1/4 1/4 CROSS</b> 09:00
5 – 6	1/4 Tr à D avec PD en avant (5) – 1/4 Tr avec PG à G (6)	<b>1/4 1/4</b> 03:00
7&8	Croiser D derrière G (7) – 1/4 Tr à D avec PG à côté du D (&) - PD en avant (8) ... ... Style sur les murs 1 et 3 : fléchir les genoux pour marquer le rythme	<b>SAILOR 1/4</b> 06:00
		06:00
<b>4</b>	<b>25 à 32 FWD L, HIP BUMP ½ L, HIP BUMP ½ L, R ROCK STEP FWD, STEP R BACK, STEP L TOGETHER</b>	
1	PG en avant (1)	<b>STEP</b> 06:00
2&3	1/4 Tr à G avec POINTE à D & BUMPS HIP D (2) - BUMP HIPS G (&) - 1/4 Tr à G avec PD arrière (3)	<b>POINTE BUMP 1/4</b> 12:00
4&5	1/4 Tr à G avec POINTE G à G & BUMP HIPS G (4) - BUMP HIPS R (&) - 1/4 Tr à G avec PG en avant (5)	<b>POINTE BUMP 1/5</b> 06:00
6 – 7	ROCK avant D (6) – Retour pdc sur G (7)	<b>ROCK STEP</b> 06:00
8&	PD arrière (8) – PG à côté du D (&)	<b>BACK &amp;</b> 06:00
	** BRIDGE au 4 <sup>e</sup> mur	
<b>5</b>	<b>33 à 40 R STEP SLIDE BACK, BALL SHUFFLE R FWD, FWD L, POINT R&amp;L, ¼ L SWEEP</b>	
1 – 2	Grand PD arrière en poussant le BD en avant pour faire le signe stop (1) - DRAG G vers D (2)	<b>BAACK DRAG</b> 06:00
&3&4	PG à côté du D (&) - PD en avant (3) – PG derrière D (&) - PD en avant (4)	<b>BALL TRIPLE AVANT</b> 06:00
5	PG en avant (5)	<b>WALK</b> 06:00
6&7	POINTE D à D (6) – PD à côté du G (&) - POINTE G à G (7)	<b>TOE SWITCH TOE</b> 06:00
8	1/4 Tr à G avec SWEEP G en avant (8)	<b>1/4</b> 03:00
<b>6</b>	<b>41 à 48 CROSS SIDE, R BACK LOCK STEP, L BACK ROCK, ¾ R</b>	
1 – 2	CROSS D devant G (1) – PG à G (2)	<b>CROSS SIDE</b> 03:00
3&4	PD arrière (3) – CROSS G devant D (&) - PD arrière (4)	<b>BACK LOCK BACK</b> 03:00
5 – 6	ROCK arrière G (5) – Retour pdc sur D (6)	<b>BACK ROCK</b> 03:00
7 – 8	1/2 Tr à D avec PG arrière (7) – 1/4 Tr à D avec PD à D (8)	<b>TURN 1/4</b> 12:00
<b>7</b>	<b>49 à 56 POINT L, ¼ L SWEEP, R SAMBA STEP, CROSS SIDE, BEHIND SIDE CROSS</b>	
1 – 2	POINTE G à G en poussant le BG en avant pour faire le signe Stop (1) – 1/4 Tr à G avec SWEEP avant D en même temps (2)	<b>POINTE 1/4</b> 09:00
	*** FINAL	
3&4	CROSS D devant G (3) – ROCK G à G (&) - Retour pdc sur D (4)	<b>CROSS SIDE ROCK</b> 09:00
5 – 6	CROSS G devant D (5) – PD à D (6)	<b>CROSS SIDE</b> 09:00
7&8	Croiser G derrière D (7) – PD à D (&) - CROSS G devant D (8)	<b>BEHIND SIDE CROSS</b> 09:00
<b>8</b>	<b>57 à 64 R SIDE ROCK, R CROSS SHUFFLE, ¼ R X 2, L SAMBA STEP ¼ L TOGETHER</b>	
1 – 2	ROCK D à D (1) – Retour pdc sur G (2)	<b>SIDE ROCK</b> 09:00
3&4	CROSS D devant G (3) – PG à G (&) - CROSS D devant G (4)	<b>CROSS TRIPLE</b> 09:00
5 – 6	1/4 Tr à D avec PG arrière (5) – 1/4 Tr à D avec PD à D (6)	<b>1/4 1/4</b> 03:00
7&8	CROSS G devant D (7) – 1/4 Tr à G avec PD arrière (&) - PG à côté du D (8)	<b>CROSS 1/4 &amp;</b> 12:00
<b>9</b>	<b>65 à 72 WALK RL FWD, R SHUFFLE FWD, STEP L FWD, STEP R NEXT TO L, RUN BACK LRL</b>	
1 – 2	WALK avant D (1) – WALK avant G (2)	<b>WALK WALK</b> 12:00
	... Style : faites du compte 1 un grand pas en avant	
3&4	PD en avant (3) – PG derrière D (&) - PD en avant (4)	<b>TRIPLE AVANT</b> 12:00
5 – 6	PG en avant (5) – PD à côté du G (6)	<b>WALK CLOSE</b> 12:00
7&8	PG arrière (7) – PD arrière (&) - PG arrière (8)	<b>BACK RUN RUN</b> 12:00
	Redémarrer	
<b>*RESTART :</b>	<b>Après 16 comptes, sur le mur 2 (qui commence à midi), face à midi</b>	12:00
<b>**BRIDGE :</b>	<b>Insérer ce BRIDGE de 16 temps lors de votre 4ème répétition, après 32 temps.</b>	06:00
<b>1B</b>	<b>B1 à B8 DOROTHY STEPS X 3, L ROCK STEP FWD</b>	
1 – 2&	PD en diagonale D (1) – LOCK G derrière D (2) - PD en diagonale D (&)	<b>DOROTHY</b> 06:00
3 – 4&	PG en diagonale G (2) – LOCK D derrière G (4) - PG en diagonale G (&)	<b>DOROTHY</b> 06:00
5 – 6&	PD en diagonale D (5) – LOCK G derrière D (6) - PD en diagonale D (&)	<b>DOROTHY</b> 06:00
7 – 8	ROCK avant G (7) – Retour pdc sur D (8)	<b>ROCK STEP</b> 06:00
<b>2B</b>	<b>B9 à B16 BALL CROSS BACK X 3, REVERSE R ROCKING CHAIR</b>	
&1 – 2	PG arrière en ouvrant le corps sur diagonale G (&) - CROSS D devant G (1) – PG arrière (2)	<b>BALL CROSS BACK</b> 06:00
&3 – 4	PD arrière en ouvrant le corps sur diagonale D (&) - CROSS G devant D (3) – PD arrière (4)	<b>BALL CROSS BACK</b> 06:00
&5 – 6	PG arrière en ouvrant le corps sur diagonale G (&) - CROSS D devant G (5) – PG arrière (6)	<b>BALL CROSS BACK</b> 06:00
	Note: lors des trois CROSSES, ouvrir le corps vers G, D & G	06:00
7&8&	ROCK arrière D (7) – Retour pdc sur G (&) - ROCK avant D (8) – Retour pdc sur G (&)	<b>BACK ROCKING CHAIR</b> 06:00
	Redémarrer (au compte 33)	
<b>E FINAL :</b>	<b>Le mur 5 est votre dernier mur. La musique commence à s'estomper au 40e compte, MAIS continuez à danser jusqu'au 49e temps quand POINTE à G en poussant la MD en avant sur le mot « STOP »</b>	

<h1>Foolish Feelings</h1> <b>Fred Whitehouse and Niels Poulsen</b> <b>January 2025</b>	
Type of dance: 72 counts, 1 wall, Intermediate Music: <b>Stop</b> by Nolan Sotillo. 94 bpm. Track length: 3.30. Buy on iTunes etc. Intro: 32 counts from beginning of track. App. 20 secs. into track. Start with weight on L foot 1 restart: After 16 counts, on wall 2, facing 12:00 Bridge: During the 4 <sup>th</sup> repetition add a 16 count bridge after 32 counts. <i>Described at the end of sheet</i>	

Counts	Footwork	End facing
1 – 9	R back rock, R lock step sweep, cross, R scissor step, big step L, slide R	
1 – 2	Rock back on R (1), recover fwd onto L (2)	12:00
3&4	Step R fwd (3), lock L behind R (&), step R fwd sweeping L fwd (4)	12:00
5	Cross L over R (5)	12:00
6&7	Step R to R side (6), step L next to R (&), cross R over L (7)	12:00
8 – 1	Step L a big step to L side (8), slide R towards L (1)	12:00
<b>10 – 16</b>	<b>Ball cross, R chassé sway, walk back LR with heel grinds, L back lock step</b>	
&2	Step a small step back on R (&), cross L over R (2)	12:00
3&4	Step R to R side (3), step L next to R (&), step R to R side swaying body R (4)	12:00
5 – 6	Walk L back grinding R heel fanning R toes out R (5), walk R back grinding L heel fanning L toes out L (6)	12:00
7&8	Step back on L (7), lock R over L (&), step back on L (8) ... * Restart on wall 2, facing 12:00	12:00
<b>17 – 24</b>	<b>¼ R side, touch together, ¼ L X 2, cross, ¼ R X 2, R sailor ¼ R fwd</b>	
1 – 2	Turn ¼ R stepping R to R side (1), touch L next to R (2)	3:00
3&4	Turn ¼ L stepping L fwd (3), turn ¼ L stepping R to R side (&), cross L over R (4)	9:00
5 – 6	Turn ¼ R stepping R fwd (5), turn ¼ R stepping L to L side (6)	3:00
7&8	Cross R behind L (7), turn ¼ R stepping L next to R (&), step R fwd (8) ... Styling on walls 1 and 3: dip in knees to hit the beat	6:00
<b>25 – 32</b>	<b>Fwd L, hip bump ½ L, hip bump ½ L, R rock step fwd, step R back, step L together</b>	
1	Step L fwd (1)	6:00
2&3	Turn ¼ L pointing R to R side and bumping hips R (2), bump hips L (&), turn ¼ L stepping back on R (3)	12:00
4&5	Turn ¼ L pointing L to L side and bumping hips L (4), bump hips R (&), turn ¼ L stepping fwd on L (5)	6:00
6 – 7	Rock R fwd (6), recover back on L (7)	6:00
8&	Step back on R (8), step L next to R (&)	6:00
<b>33 – 40</b>	<b>R step slide back, ball shuffle R fwd, fwd L, point R&amp;L, ¼ L sweep</b>	
1 – 2	Step R a big step back pushing R arm fwd making a stop sign (1), drag L towards R (2)	6:00
&3&4	Step L next to R (&), step R fwd (3), step L behind R (&), step R fwd (4)	6:00
5	Step L fwd (5)	6:00
6&7	Point R to R side (6), step R next to L (&), point L to L side (7)	6:00
8	Turn ¼ L stepping onto L sweeping R fwd (8)	3:00
<b>41 – 48</b>	<b>Cross side, R back lock step, L back rock, ¾ R</b>	
1 – 2	Cross R over L (1), step L to L side (2)	3:00
3&4	Step back on R (3), cross L over R (&), step back on R (4)	3:00
5 – 6	Rock back on L (5), recover on R (6)	3:00
7 – 8	Turn ½ R stepping back on L (7), turn ¼ R stepping R to R side (8)	12:00
<b>49 – 56</b>	<b>Point L, ¼ L sweep, R samba step, cross side, behind side cross</b>	
1 – 2	Point L to L side pushing L arm fwd making a stop sign (1), turn ¼ L stepping L fwd sweeping R fwd at the same time (2)	9:00
3&4	Cross R over L (3), rock L to L side (&), recover on R (4)	9:00
5 – 6	Cross L over R (5), step R to R side (6)	9:00
7&8	Cross L behind R (7), step R to R side (&), cross L over R (8)	9:00

<b>57 – 64</b>	<b>R side rock, R cross shuffle, ¼ R X 2, L samba step ¼ L together</b>	
1 – 2	Rock R to R side (1), recover on L (2)	9:00
3&4	Cross R over L (3), step L to L side (&), cross R over L (4)	9:00
5 – 6	Turn 1/4 R stepping back on L (5), turn ¼ R stepping R to R side (6)	3:00
7&8	Cross L over R (7), turn ¼ L stepping back on R (&), step L next to R (8)	12:00
<b>65 – 72</b>	<b>Walk RL fwd, R shuffle fwd, step L fwd, step R next to L, run back LRL</b>	
1 – 2	Walk R fwd (1), walk L fwd (2) ... Styling: make count 1 a big step fwd	12:00
3&4	Step R fwd (3), step L behind R (&), step R fwd (4)	12:00
5 – 6	Step L fwd (5), step R next to L (6)	12:00
7&8	Step back on L (7), step back on R (&), step back on L (8)	12:00
<b>Start again</b>		
<b>Bridge</b>	<b>Insert this 16 count bridge during your 4<sup>th</sup> repetition, after 32 counts.</b> 😊	
<b>1 – 8</b>	<b>Dorothy steps X 3, L rock step fwd</b>	
1 – 2&	Step R into R diagonal (1), lock L behind R (2), step R into R diagonal (&)	6:00
3 – 4&	Step L into L diagonal (2), lock R behind L (4), step L into L diagonal (&)	6:00
5 – 6&	Step R into R diagonal (5), lock L behind R (6), step R into R diagonal (&)	6:00
7 – 8	Rock L fwd (7), recover back on R (8)	6:00
<b>9 – 16</b>	<b>Ball cross back X 3, reverse R rocking chair</b>	
&1 – 2	Step back on L opening body up to L diagonal (&), cross R over L (1), step back on L (2)	6:00
&3 – 4	Step back on R opening body up to R diagonal (&), cross L over R (3), step back on R (4)	6:00
&5 – 6	Step back on L opening body up to L diagonal (&), cross R over L (5), step back on L (6) ... Note: during the 3 ball crosses you open up in body to L, R and L	6:00
7&8&	Rock back on R (7), recover on L (&), rock R fwd (8), recover back on L (&)	6:00
<b>Start again</b>		
<b>Ending</b>	Wall 5 is your last wall. The music will start to fade out on count 40, BUT continue dancing up to count 49 when pointing L to L side pushing L hand fwd on the word 'STOP' 😊	12:00

Derrière la chanson : <https://www.youtube.com/watch?v=HMG47zwLjAQ&list=PLa6A6Rhbr80w7-cpnTv0j86OTjlIp7i0Y>

Les paroles de "Stop" par Nolan Sotillo évoquent une nuit sans sommeil, des mots durs prononcés et des regrets, avec une supplique pour arrêter une dispute et sauver une relation qui a encore une chance.

[Verse 1]

Another sleepless night  
Those tear drops in your eyes  
Angry words we said  
Still ringing through my head  
No way to take 'em back  
Girl we both know that  
Said I'm sorry and I meant it  
Oh Baby, wait a minute

Stop

Think about what you're doing  
Turning something into ruins  
That's still got a shot  
Stop  
Let me make it crystal clear  
Don't wanna go on if you're not here  
And what about all these feelings I got  
Hmmm, that I can't stop

[Verse 2]

Aw girl it breaks my heart  
Seeing you come apart  
It's just my foolish pride  
That gets the best of me sometimes  
But we've got too much to lose  
We'll fight like lovers do  
I still believe in us  
I'm begging baby just  
[Chorus]  
Stop  
Think about what you're doing  
Turning something into ruins  
That's still got a shot  
Stop  
Let me make it crystal clear  
Don't wanna go on if you're not here  
And what about all these feelings I got  
Hmmm, that I can't stop  
Ohh that I can't stop

[Bridge]

Baby, baby, baby, baby  
No  
No, no, no, no

[Chorus]

Stop  
Think about what you're doing  
Turning something into ruins  
That's still got a shot  
Stop  
Let me make it crystal clear  
Don't wanna go on if you're not here  
And what about all these feelings I got  
Hmmm, that I can't stop  
Hmmm, that I can't stop  
[Outro]  
Yeah  
I still believe in us

Arrête

Réfléchis à ce que tu fais  
Tu détruis quelque chose  
Qui a encore une chance  
Arrête  
Laisse-moi être clair  
Je ne veux pas continuer si tu n'es pas là  
Et qu'en est-il de tous ces sentiments que j'éprouve  
Hmmm, que je ne peux pas arrêter

[Couplet 2]

Oh, ça me brise le cœur  
De te voir t'effondrer  
C'est juste ma fierté stupide  
Qui prend parfois le dessus  
Mais on a trop à perdre  
On se battra comme le font les amoureux  
Je crois toujours en nous  
Je t'en supplie, bébé, juste  
[Refrain]

Arrête

Réfléchis à ce que tu fais  
Tu réduis en ruines  
Ce qui a encore une chance  
Arrête  
Laisse-moi être clair  
Je ne veux pas continuer si tu n'es pas là  
Et qu'en est-il de tous ces sentiments que j'éprouve  
Hmmm, que je ne peux pas arrêter  
Oh que je ne peux pas arrêter

[Pont]

Bébé, bébé, bébé, bébé  
Non  
Non, non, non, non

[Refrain]

Arrête  
Réfléchis à ce que tu fais  
Tu réduis en ruines  
Ce qui a encore une chance  
Arrête

Laisse-moi te dire clairement  
Je ne veux pas continuer si tu n'es pas là  
Et qu'en est-il de tous ces sentiments que j'éprouve  
Hmmm, que je ne peux pas arrêter  
Hmmm, que je ne peux pas arrêter

[Outro]

Oui  
Je crois toujours en nous

Traduit avec DeepL.com (version gratuite)

Source : Qwant

Nolan Sotillo est un acteur américain né le 2 octobre 1994 en Floride, connu pour ses rôles dans Red Band Society et Le grand soir.

Nolan Sotillo est un acteur américain né le 2 octobre 1994 en Floride. Il est principalement connu pour ses rôles dans les productions suivantes :

Red Band Society (2014-2015) : il y incarne le personnage de Jordi Palacios.

Le grand soir (2011) : il joue le rôle de Lucas Arnaz.

Madison High (2012) : il interprète Colby.

Nolan Sotillo a également contribué à la bande originale de certaines de ses œuvres, notamment avec la chanson "We Could Be Anything" pour le film Le grand soir.

Informations complémentaires :

Taille : 1,80 mètre.

Age : 31 ans (en 2025).

Carrière : 3 ans de carrière avec 2 films et séries tournés.

<https://www.youtube.com/@NolanOfficial>

Nolan Sotillo est un artiste aux multiples talents qui a connu le succès sur scène et à l'écran. Après avoir découvert sa passion pour le spectacle durant son enfance à West Palm Beach, en Floride, Sotillo a quitté le lycée sans diplôme et s'est installé à Los Angeles pour se consacrer pleinement à son rêve. Au fil de sa carrière, ce chanteur, auteur-compositeur, multi-instrumentiste et acteur a conquis un public fidèle grâce à une série d'albums autoproduits et de rôles importants. Il a joué dans de nombreux projets, dont le film « Prom » de Disney et la série « Red Band Society » de FOX (produite par Steven Spielberg). Même devenu acteur à succès, Sotillo n'a jamais abandonné sa passion pour l'écriture de chansons et a continué à composer lorsqu'il n'était pas sur les plateaux de tournage. Aujourd'hui, entièrement dédié à la musique, Sotillo passe beaucoup de temps en studio à écrire et à enregistrer. Avec un style musical qui englobe des ballades intimes, des hymnes country intemporels, l'esprit du rock, le dynamisme du funk et l'universalité de la pop, Sotillo a cultivé un son unique qui témoigne de sa profondeur et de sa polyvalence.