



THIS IS THE LIFE

Chorégraphe : Edith de Groot
Niveau : Intermédiaire
Danse en ligne, 64 temps, 1 mur
Musique : « This is the life » (95 bpm) par Amy Mc Donald
Démarrage sur les paroles

1 à 8 – WALK TWICE, SIDE MAMBO, WALK TWICE, SIDE ROCK STEP ¼ TURN RIGHT

- 1 – 2 PD devant, PG devant
- 3 – 4 Mambo à D
- 5 – 6 PG devant, PD devant
- 7 – 8 Rock PG à G, retour PdC dur PD avec ¼ tour à D, PG à côté du PD,

9 à 16 - ½ TURN RIGHT TWICE, COASTER STEP, SIDE, CLOSE, CHASSE ¼ TURN LEFT

- 1 – 2 ½ tour arrière à D avec PD devant, ½ tour à D avec PG derrière
- 3 – 4 Coaster step PD
- 5 – 6 PG à G, PD à côté PG
- 7 & 8 Triple step à G avec ¼ tour à G

17 à 24 – RIGHT MAMBO FORWARD, LEFT MAMBO BACK, HEEL JACKS

- 1 – 2 Mambo avant PD
- 3 – 4 Mambo arrière PG
- 5 & 6 PD croisé devant PG, petit pas arrière du PG, Touch avant talon PD dans la diagonale D
- & 7 & 8 Ramener PD, PG croisé devant PD, petit pas arrière du PD, Touch avant talon PG dans diagonale G

25 à 32 - & CROSS SHUFFLE, ¼ TURN RIGHT TWICE, LOCK STEP, FULL TRIPLE TURN LEFT

- & 1 & 2 Reposer PG, Triple step croisé PD
- 3 – 4 ¼ de tour à D, PG derrière, ¼ de tour à D et PD à D
- 5 & 6 Lock avant PG
- 7 & 8 Full turn PD à G (DGD)

33 à 40 – WALK TWICE, SIDE MAMBO, WALK TWICE, SIDE ROCK STEP ¼ TURN LEFT

- 1 – 2 PG devant, PD devant
- 3 & 4 Mambo à G
- 5 – 6 PD devant, PG devant
- 7 & 8 Rock step latéral à D, reprendre PdC sur PG avec ¼ de tour à G, PD à côté PG

41 à 48 - ½ TURN LEFT TWICE, COASTER STEP, SIDE, CLOSE, CHASSE ¼ TURN RIGHT

- 1 – 2 ½ tour arrière à G et PG devant, ½ tour à G et PD derrière
- 3 & 4 Coaster step PG
- 5 – 6 PD à D, PG à côté PD
- 7 & 8 Triple step latéral à D avec ½ tour à D

49 à 56 – LEFT MAMBO FOURWARD, RIGHT MAMBO BACK, HEEL JACKS

- 1 & 2 Mambo avant PG
- 3 & 4 Mambo arrière PD
- 5 & 6 PG croisé devant PD, petit pas arrière PD, touch avant talon PG dans la diagonale G
- & 7 & 8 ramener PG, PD croisé devant PG, petit pas arrière du PG, touch avant talon PD dans diagonale D

57 à 67 - & CROSS SHUFFLE, ¼ TURN LEFT TWICE, LOCK STEP, FULL TRIPLE TURN RIGHT

- & 1 & 2 ramener PD, Triple step croisé à G
- 3 – 4 ¼ tour à G PD derrière, ¼ tour à G et PG à G
- 5 & 6 Lock avant PD
- 7 & 8 Full turn PG à D (GDG)

FIN

- 1 & 2 Mambo avant PD
- 3 & 4 Mambo arrière PG

RECOMMENCER AU DEBUT..... TOUJOURS AVEC LE SOURIRE..

