

This Is The Life

Choreographie: Gudrun Schneider

Beschreibung:	Phrased, 4 wall, intermediate line dance
Musik:	This Is The Life von Amy MacDonald
Sequenz:	AA, B, AA, BB, AA, Ending

Part/Teil A

Side rock-cross r + l, shuffle forward, Mambo forward

- 1&2 RF Schritt nach rechts - Gewicht zurück auf den LF und RF über LF kreuzen
- 3&4 LF Schritt nach links - Gewicht zurück auf den RF und LF über RF kreuzen
- 5&6 Cha Cha nach vorn (r - l - r)
- 7&8 LF Schritt nach vorn - Gewicht zurück auf den RF und LF Schritt nach hinten

Back 2, coaster step, shuffle forward, step, pivot ¼ l

- 1-2 2 Schritte nach hinten (r - l)
- 3&4 RF Schritt nach hinten - LF an RF heransetzen und RF kleinen Schritt nach vorn
- 5&6 Cha Cha nach vorn (l - r - l)
- 7-8 RF Schritt nach vorn - ¼ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende LF (9 Uhr)

Crossing shuffle, point-touch-point, behind-side-cross, ¼ turn l, ¼ turn l

- 1&2 RF über LF kreuzen - LF an RF heran gleiten lassen und RF über LF kreuzen
- 3&4 Linke Fußspitze zur linken Seite auftippen - Linke Fußspitze neben RF und wieder zur linken Seite auftippen
- 5&6 LF hinter RF kreuzen – RF Schritt nach rechts, LF über RF kreuzen
- 7-8 ¼ Drehung links herum und RF Schritt nach hinten - ¼ Drehung links herum und LF Schritt nach vorn (3 Uhr)

Shuffle forward, step-pivot ½ r-step, Monterey turn

- 1&2 Cha Cha nach vorn (r - l - r)
- 3&4 LF Schritt nach vorn - ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende RF und LF Schritt nach vorn (9 Uhr)
- 5-6 Rechte Fußspitze rechts auftippen - ½ Drehung rechts herum und RF an LF heransetzen (3 Uhr)
- 7-8 Linke Fußspitze links auftippen - LF an RF heransetzen

Part/Teil B

Shuffle forward, step-pivot ½ l-step, shuffle forward turning full r, Mambo forward

- 1&2 Cha Cha nach vorn (l - r - l)
- 3&4 RF Schritt nach vorn - ½ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende LF, und RF Schritt nach vorn (9 Uhr)
- 5&6 Cha Cha nach vorn, dabei eine ganze Umdrehung rechts herum ausführen (l - r - l)
- 7&8 RF Schritt nach vorn - Gewicht zurück auf den LF und RF an LF heransetzen

Slide back 2, coaster step, cross, unwind $\frac{3}{4}$ l, point, touch

- 1-2 2 gleitende Schritte nach hinten (l- r)
- 3&4 LF Schritt nach hinten - RF an LF heransetzen und LF kleinen Schritt nach vorn
- 5-6 RF über LF kreuzen - $\frac{3}{4}$ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende LF (3 Uhr)
- 7-8 Rechte Fußspitze rechts auftippen - Rechte Fußspitze neben LF auftippen

Ending/Ende (Kurz halten beim langsamen Teil, geänderter Teil B beginnt mit dem Wort "Night")

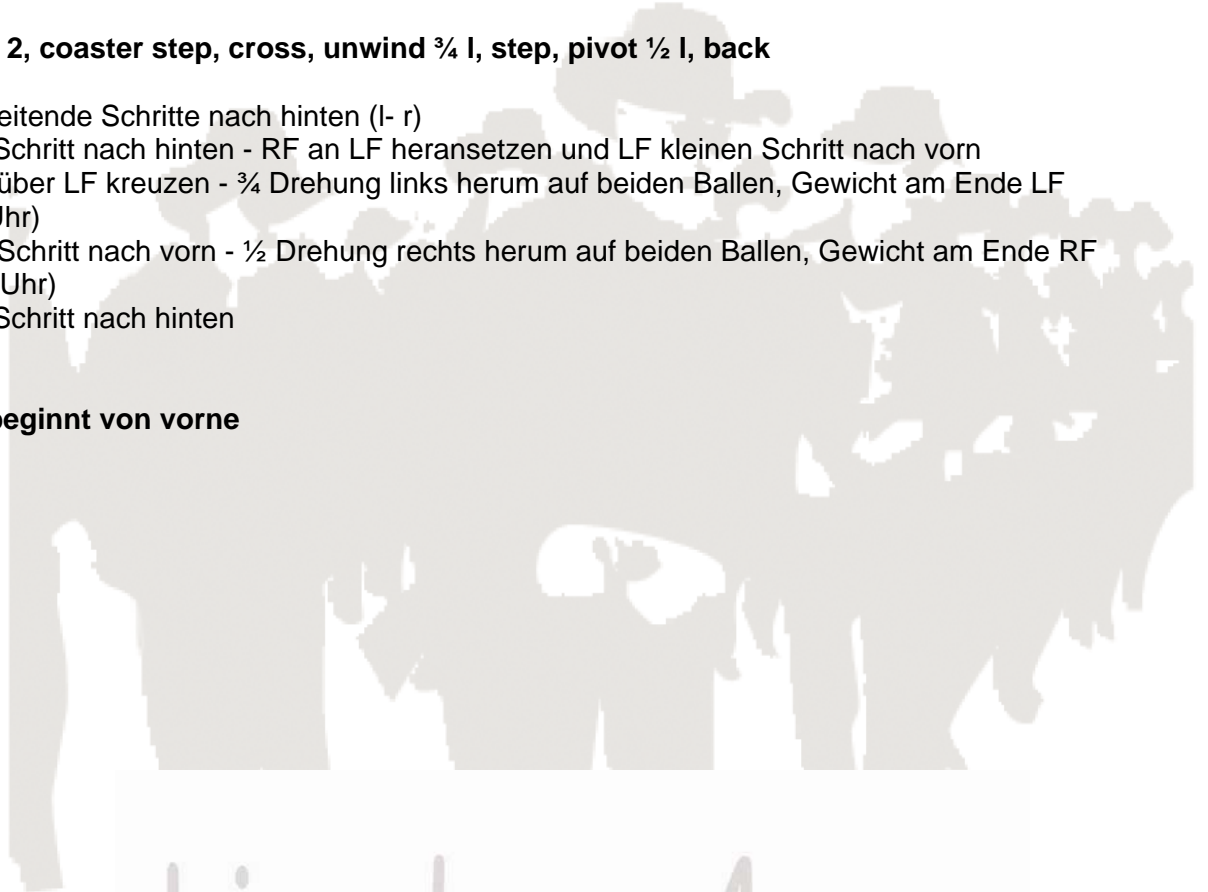
Shuffle forward, step-pivot $\frac{1}{2}$ l-step, shuffle forward turning full r, Mambo forward

- 1&2 Cha Cha nach vorn (l - r - l)
- 3&4 RF Schritt nach vorn - $\frac{1}{2}$ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende LF, und RF Schritt nach vorn (3 Uhr)
- 5&6 Cha Cha nach vorn, dabei eine ganze Umdrehung rechts herum ausführen (l - r - l)
- 7&8 RF Schritt nach vorn - Gewicht zurück auf den LF und RF an LF heransetzen

Slide back 2, coaster step, cross, unwind $\frac{3}{4}$ l, step, pivot $\frac{1}{2}$ l, back

- 1-2 2 gleitende Schritte nach hinten (l- r)
- 3&4 LF Schritt nach hinten - RF an LF heransetzen und LF kleinen Schritt nach vorn
- 5-6 RF über LF kreuzen - $\frac{3}{4}$ Drehung links herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende LF (6 Uhr)
- 7-8 RF Schritt nach vorn - $\frac{1}{2}$ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende RF (12 Uhr)
- 9 LF Schritt nach hinten

Der Tanz beginnt von vorne



Linedance4ever



DIZZY DANCERS
www.linedance4ever.de