

Life Is Better



Chorégraphe : Marie Claude Gil (FRA - 2013)

Niveau : Novice

Description : danse en ligne, 56 temps, 2 murs, 1 Restart, 2 Tags

Musique : "Recording Grinnin'" (83/166 bpm) par Drake White

Démarrage : après intro de 16 temps

(1 à 8) **TOE STRUT, CROSS TOE STRUT, SIDE ROCK, CROSS, HOLD**

1-2 Toe Strut latéral PD à D (Touch pointe PD à D, pose talon PD)

3-4 Toe Strut/Cross avant PG (Touch pointe PG croisée devant PD, pose talon PG)

5-6 Rock Step latéral à D (Rock PD à D avec PdC, retour PdC sur PG)

7-8 PD croisé devant PG, pause

(9 à 16) **TOE STRUT, CROSS TOE STRUT, SIDE ROCK, CROSS, HOLD**

1-2 Toe Strut latéral PG à G (Touch pointe PG à G, pose talon PG)

3-4 Toe Strut/Cross avant PD (Touch pointe PD croisée devant PG, pose talon PD)

5-6 Rock Step latéral à G (Rock PG à G avec PdC, retour PdC sur PD)

7-8 PG croisé devant PD, pause

(17 à 24) **ROCKING CHAIR, FULL TURN, STOMPS**

1-2 Rock Step avant PD (Rock avant PD avec PdC, retour PdC sur PG)

3-4 Rock Step arrière PD (Rock arrière PD avec PdC, retour PdC sur PG)

5-6 Full Turn à G (1/2 tour G avec PD derrière, 1/2 tour G avec PG devant) (12:00)

option à la place du Full Turn sur les temps 5-6 avec PD devant, PG devant

7-8 Stomp PD à côté PG, Stomp PG à côté PD

(25 à 32) **SWIVELS HEELS, STEP SIDE, TOUCH, STEP SIDE, TOUCH**

1-4 Swivel (pivot) des talons à D, pause, Swivel des talons à G, pause

5-6 PD à D, Touch PG à côté PD

7-8 PG à G, Touch PD à côté PG

(33 à 40) **WEAVE, ROCK STEP ½, STEP, STOMP**

1-4 Weave à D (PD à D, PG croisé derrière PD, PD à D, PG croisé devant PD)

5-6 Rock Step 1/2 tour à D (Rock PD à D avec PdC, 1/2 tour à D avec retour PdC sur PG) (06:00)

7-8 PD à côté PG, Stomp PG à côté PD

Restart ici sur le 3ème mur

(41 à 48) **LOCK FOWARD, SCUFF, LOCK FOWARD, SCUFF**

1-4 Step Lock Step avant PD (PD devant, Lock PG croisé derrière PD, PD devant), Scuff avant PG à côté PD

5-8 Step Lock Step avant PG (PG devant, Lock PD croisé derrière PG, PG devant), Scuff avant PD à côté PG

(49 à 56) **SIDE ¼ TURN, SCUFF (X 4)**

1-2 1/4 tour G avec PD devant, Scuff PG à côté PD (03:00)

3-4 1/4 tour G avec PG devant, Scuff PD à côté PG (12:00)

5-6 1/4 tour G avec PD devant, Scuff PG à côté PD (09:00)

7-8 1/4 tour G avec PG devant, Scuff PD à côté PG (06:00)

Tag ici fin du 4ème mur et du 5ème mur

RESTART après le 40ème temps du 3ème mur (06:00)

TAG fin du 4ème mur (12:00) et du 5ème mur (06:00), ajouter ces 8 temps avant de reprendre la danse au début :

(1 à 8) **CROSS ROCK/KICK, CROSS ROCK, KICK, STOMP, STOMP**

1-2 (*en sautant*) Cross/Rock Step/Kick avant PD (Rock PD croisé devant PG avec PdC, retour PdC sur PG + Kick avant PD)

3-4 (*en sautant*) Kick avant PG, Cross/Rock PG croisé devant PD avec PdC

5-6 retour PdC sur PD avec Kick avant PG, PG à G

7-8 Stomp PD à côté PG, Stomp PG à côté PD

Abréviations : PD = Pied Droit - PG = Pied Gauche - D = Droite - G = Gauche - PdC = Poids du Corps

Source : <http://dance-with-me13210.skyrock.com>

Réalisation : <http://www.aboutwesternlinedance.fr>

Fiche modifiée le 23/02/2015