

# This Is The Life



**Chorégraphe :** Edith de Groot (NLD - 2008)

**Niveau :** Intermédiaire

**Description :** Danse en ligne, 64 temps, 1 mur, 1 Ending

**Musique :** "This Is The Life" (95 bpm) par Amy McDonald (CD : This Is The Life)

**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 sur PD avec 1/4 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 1/2 tour arrière à D avec PD devant, 1/2 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 1/4 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 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 1/4 tour à D PG derrière, 1/4 tour à D et PD à D

5&6 Lock avant PG

7&8 Full Turn PD à G (D, G, D)

## (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 1/4 tour à G, PD à côté PG

## (41 à 48) ½ TURN LEFT TWICE, COASTER STEP, SIDE, CLOSE, CHASSE ¼ TURN RIGHT

1-2 1/2 tour arrière à G et PG devant, 1/2 tour à G et PD derrière

3&4 Coaster Step PG

5-6 PD à D, PG à côté PD

7&8 Triple Tstep à D avec 1/2 tour à D

## (49 à 56) LEFT-MAMBO FORWARD, 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 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 1/4 tour à G PD derrière, 1/4 tour à G et PG à G

5&6 Lock avant PD

7&8 Full Turn PG à D (G, D, G)

## ENDING

1&2 Mambo avant PD

3&4 Mambo arrière PG

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

**Source :** <http://www.kickit.to>

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

**Fiche modifiée le** 17/12/2010