



This is the Life

Schwierigkeitsgrad: 4 wall, intermediate, phrase
Musikvorschlag: This is the life - Amy MacDonald

AA B AA BB AA Ending

Zählzeit/Takt

Part A

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

- 1+2 Mit Rechts Schritt nach rechts, Gewicht zurück auf Links, Rechts vor links kreuzen
- 3+4 Mit Links Schritt nach links, Gewicht zurück auf Rechts, Links vor rechts kreuzen
- 5+6 Mit Rechts beginnend einen Wechselschritt nach vor r-l-r
- 7+8 Mit Links Schritt nach vor, Gewicht zurück auf Rechts, mit Links Schritt zurück

Back 2, coaster step, shuffle forward, step, pivot $\frac{1}{4}$ l

- 1-2 Mit Rechts Schritt zurück, mit Links Schritt zurück
- 3+4 Mit Rechts Schritt zurück, Links neben rechts abstellen, mit Rechts Schritt vor
- 5+6 Mit Links beginnend einen Wechselschritt nach vor l-r-l
- 7-8 Mit Rechts Schritt nach vor, $\frac{1}{4}$ Linksdrehung - Gewicht auf Links

Crossing shuffle, point-touch-point, behind-side-cross, $\frac{1}{4}$ turn l, $\frac{1}{4}$ turn l

- 1+2 Rechts vor links kreuzen, Links nachziehen, Rechts vor links kreuzen
- 3+4 Linke Spitze links auftippen, Linke Spitze neben rechts auftippen, Linke Spitze links auftippen
- 5+6 Links hinter rechts kreuzen, mit Rechts Schritt nach rechts, Links vor rechts kreuzen
- 7-8 $\frac{1}{4}$ Linksdrehung + mit Rechts Schritt zurück, $\frac{1}{4}$ Linksdrehung + mit Links Schritt vor

Shuffle forward, step-pivot $\frac{1}{2}$ r-step, Monterey turn

- 1+2 Mit Rechts beginnend einen Wechselschritt nach vor r-l-r
- 3+4 Mit Links Schritt nach vor, $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung, mit Links Schritt nach vor
- 5-6 Rechte Spitze rechts auftippen, $\frac{1}{2}$ Rechtsdrehung + Rechts neben links abstellen
- 7-8 Linke Spitze links auftippen, Links neben rechts abstellen

Part B

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

- 1+2 Mit Links beginnend einen Wechselschritt nach vor l-r-l
- 3+4 Mit Rechts Schritt nach vor, $\frac{1}{2}$ Linksdrehung, mit Rechts Schritt nach vor
- 5+6 Mit Links beginnend einen Wechselschritt nach vor mit 1 Rechtsdrehung l-r-l
- 7+8 Mit Rechts Schritt nach vor, Gewicht zurück auf Links, Rechts neben links abstellen

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

- 1-2 Mit Links Schritt zurück, mit Rechts Schritt zurück (gleiten)
- 3+4 Mit Links Schritt zurück, Rechts neben links abstellen, mit Links Schritt vor
- 5-6 Rechts vor links kreuzen, $\frac{3}{4}$ Linksdrehung Gewicht auf Links
- 7-8 Rechte Spitze rechts auftippen, Rechte Spitze neben links auftippen



This is the Life

Ending (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 Mit Links beginnend einen Wechselschritt nach vor l-r-l
- 3+4 Mit Rechts Schritt nach vor, $\frac{1}{2}$ Linksdrehung, mit Rechts Schritt nach vor
- 5+6 Mit Links beginnend einen Wechselschritt nach vor mit 1 Rechtsdrehung l-r-l
- 7+8 Mit Rechts Schritt nach vor, Gewicht zurück auf Links, Rechts neben links abstellen

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

- 1-2 Mit Links Schritt zurück, mit Rechts Schritt zurück (gleiten)
- 3+4 Mit Links Schritt zurück, Gewicht zurück auf Rechts, mit Links Schritt vor
- 5-6 Rechts vor links kreuzen, $\frac{3}{4}$ Linksdrehung - Gewicht auf Links
- 7-8 Mit Rechts Schritt nach vor, $\frac{1}{2}$ Linksdrehung - Gewicht auf Links
- 9 Mit Rechts Schritt zurück

Von Anfang an wiederholen!!!