

This Life

Choreografen: Daniel Trepas & Pim van Grootel (Dec. 2008)
Niveau: Advanced
Type: 4 wall line dance - NCTS
Tellen: 32
Muziek: In This Life, by Westlife or Colin Raye
Intro: 16 tellen

Start kijkend naar 09.00 uur

1/4 Turn R, cross, unwind full turn R, rondé, lock, unwind full turn R, point, raise, together, point, raise, 1 3/8 turn R.

1 RV Draai 1/4 rechtsom en stap voor (12.00)
2 LV Kruis voor RV
& Hele draai rechtsom, gewicht op LV
3 RV Hoge rondé (heup hoogte)
4 RV Lock achter LV
& Hele draai rechtsom, gewicht op LV
5 RV Gewicht naar RV, buig R.knie en tik L.teen opzij
6 Kom omhoog
& LV Sluit aan naast RV
7 LV Buig L.knie en tik R.teen opzij
8& Kom omhoog
1 LV Draai 1 3/8 rechtsom, gewicht op LV (04.30)

Step fwd, step together with 3/4 turn R, 1/8 turn R with lunge, recover, step back, 3/8 turn L, full turn L, lunge, 1/2 turn L.

2 RV Stap voor
& LV Sluit aan en draai 3/4 rechtsom, gewicht op LV (01.30)
3 RV Draai 1/8 rechtsom en lunge met RV voor (03.00)
4 LV Gewicht teug op LV
& RV Stap achter
5 LV Draai 3/8 linksom en stap LV voor (10.30)
6 Hele draai linksom op LV
7 RV Lunge voor en buig je lichaam richting je knieën
8 Kom omhoog
&1 RV Draai 1/2 linksom, houd gewicht op RV

3/8 turn L, step fwd, step together with 3/4 turn L, 1/4 turn L, 1/4 turn L, raise up and go down, step back, step back, 1/4 turn R.

2 RV Draai 3/8 linksom, gewicht op RV (12.00)
3 LV Stap voor
4 RV Sluit aan en draai 3/4 linksom
& LV Draai 1/4 linksom en stap LV voor (12.00)
5 RV Draai 1/4 linksom en stap rechts opzij, kom omhoog op de tenen
6& Ga weer omlaag
7 LV Gewicht terug op LV
8 RV Stap achter
& LV Stap achter
1 RV Draai 1/4 rechtsom en stap rechts opzij

Cross unwind R, sweep, behind, side, cross, unwind L, 1/4 turn L lunge 3/4 spiral turn R

2 LV Kruis voor RV
& Hele draai rechtsom
3 RV Sweep RV van voor naar achter
4 RV Kruis achter LV
& LV Stap links opzij
5 RV Kruis voor LV
6 RV Hele draai linksom, gewicht op RV
7 LV Draai 1/4 turn linksom en lunge LV voor
8& Draai 3/4 (spiral) rechtsom, gewicht op LV (6.00)

1° Tag van 12 tellen na de 2e muur:

1/4 turn R, cross, step, basic step, diamond fallaway, 1/2 turn L with sweep

1 RV Draai 1/4 rechtsom en stap RV voor (6.00)
2 LV Kruis voor RV
& RV Stap achter
3 LV Stap links opzij
4 RV Stap achter LV
& LV Kruis voor RV
5 RV Stap rechts opzij (kijkend naar 6.00)
6 LV Stap schuin rechts achter
& RV Stap achter
7 LV Stap links opzij (kijkend naar 3.00)
8 RV Stap schuin links voor
& LV Stap voor
9 RV Stap rechts opzij (kijkend naar 12.00)
10 LV Stap schuin rechts achter
& RV Stap achter
11 LV Draai 1/4 linksom en stap voor, start sweep met RV (6.00)
12 LV Draai 1/4 linksom en eindig sweep

2° Tag van 4 tellen na de 4e muur (alleen bij de Westlife versie):

1/4 turn R, cross, unwind full turn R (in your own way)

1 RV Draai 1/4 rechtsom en stap voor (12.00)
2 LV Kruis voor RV
3 – 4 Hele draai rechtsom op je eigen manier
Dit kan langzaam, pirouette of wat leuk vind!
Zorg ervoor dat je eindigt op 09.00 uur, om opnieuw te beginnen.

Have fun and good luck!!!