

# THIS IS A LIFE

**Musique :** This is the Life (Amy McDonald)  
**Chorégraphe:** Gudrun Schneider  
**Type** 4 Murs, 48 Temps, Phrasé (AAB, AABB, AA, Pause, B)  
**Niveau** Intermédiaire  
**Source** enseignée par Leatitia au Pow wow mars 2009

## PARTIE « A »

### SCISSOR STEPS (X2), STEP LOCK STEP, MAMBO BACK

1&2 PD à D, amène le PG à côté du PD, croise le PD devant le PG  
3&4 PG à G, amène le PD à côté du PG, croise le PG devant le PD  
5&6 PD devant, PG croisé derrière le PD, PD devant  
7&8 PG devant, PD à côté du PG, PG derrière

### STEP BACK (X2), COASTER STEP, STEP LOCK STEP, STEP ¼ TURN LEFT

1-2 PD derrière, PG derrière  
3&4 PD derrière, PG à côté du PD, PD devant  
5&6 PG devant, PD croisé derrière le PG, PG devant  
7-8 PD devant, ¼ tour à G

### CROSS SHUFFLE, LEFT TOGETHER LEFT, WEAWE, ½ TURN LEFT

1&2 Cross Shuffle D vers la G  
3&4 Pointe G à G, Touche PG à côté du PD, Pointe G à G  
5&6 PG derrière PD, PD à D, PG croisé devant PD  
7-8 PD à D et ½ tour ver la G, PG devant

### STEP LOCK STEP, STEP TURN STEP, MONTEREY TURN

1&2 PD devant, PG croisé derrière le PD, PD devant  
3&4 PG devant, ½ tour à Droite, PG devant  
5-6 Touche Pointe D à droite, ½ tour à droite et PD à côté du PG  
7-8 Touche Pointe G à gauche, PG à côté du PD

## PARTIE « B »

### STEP LOCK STEP, STEP TURN STEP, FULL TURN RIGHT, COASTER STEP

1&2 PG devant, PD croisé derrière le PG, PG devant  
3&4 PD devant, ½ tour à Gauche, PD devant  
5-6& ½ tour à Droite et PG derrière, ½ tour à Droite et PD devant, Pas Gauche devant  
7&8 PD devant, PG à côté du PD, PD derrière

### STEP, STEP, COASTER STEP, CROSS, ¾ TURN LEFT, ROCK& STEP

1-2 PG derrière, PD derrière  
3&4 PG derrière, PD à côté du PG, PG devant  
5-6 PD croisé devant PG, ¾ de tour vers la Gauche  
7&8 Rock Step D à Droite, PD à côté du PG

### Les 5 derniers comptes de la danse se terminent ainsi :

5-6 PD croisé devant PG, ¾ tour vers la Gauche  
7-8-1 PD devant, ½ tour à Gauche Poids du corps sur la jambe Droite, PG derrière PD