



LIFER

Chorégraphe : Darren Bailey UK/USA Août 2020

Niveau : Novice

Descriptif : Danse en ligne - 4 murs - 32 temps - 1 RESTART - Sens de rotation de la danse : CW

Musique : Lifer MercyMe



Introduction : 8 temps

1-8 SYNCOPATED VINE R, TOUCH OUT, TOUCH IN, 4 WALKS MAKING ¼ TURN R

- 1-2& VINE à D syncopé : pas PD côté D (1) - CROSS PG derrière PD (2) - pas PD côté D (&)
3&4 CROSS PG devant PD (3) - POINTE PD côté D (&) - TOUCH PD à côté du PG (4)
5-6 ¼ de tour à D ... pas PD avant 3H (5) - ¼ de tour à D ... pas PG avant 6H (6)
7-8 ¼ de tour à D ... pas PD avant 9H (7) - pas PG avant (8)

9-16 SLIDE R, SLIDE L, BACK, BACK, BACK, BALL, CROSS

- 1-2 Grand pas PD sur diagonale avant D ↗ (1) - TOUCH PG à côté du PD (2)
3-4 Grand pas PG sur diagonale avant G ↖ (3) - TOUCH PD à côté du PG (4)
5-6 2 pas arrière : pas PD arrière (5) - pas PG arrière (6)
7&8 Pas PD arrière (7) - pas BALL PG à côté du PD (&) - CROSS PD devant PG (8)
Restart ici pendant le 6^{ème} mur. Lorsque vous danserez le restart, il vous faudra remplacer le BALL/CROSS par pas PG à côté du PD – Ainsi vous aurez le poids du corps sur le bon pied pour recommencer la danse au début, face à 12H.

17-24 ¼ TURN L, ½ TURN L, L COASTER STEP, SKATE R, SKATE L, SHUFFLE FORWARD

- 1-2 ¼ de tour à G ... pas PG avant 6H (1) - ½ tour à G ... pas PD arrière 12H (2)
3&4 COASTER STEP G : pas PG arrière (3) - pas PD à côté du PG (&) - pas PG avant (4)
5-6 SKATE PD côté D (5) - SKATE PG côté G (ces 2 skates peuvent être remplacés par des boogie walks) (6)
7&8 TRIPLE STEP D avant : pas PD avant (7) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD avant (8)

25-32 CROSS, ¼ TURN L, CHASSE L, PIVOT ½ TURN L SIDE SWITCHES

- 1-2 CROSS PG devant PD (1) - ¼ de tour à G ... pas PD arrière 9H (2)
3&4 TRIPLE STEP G latéral : pas PG côté G (3) - pas PD à côté du PG (&) - pas PG côté G (4)
5-6 STEP TURN : pas PD avant (5) - 1/2 tour PIVOT à G sur BALL PD ... prendre appui sur PG avant 3H (6)
7&8& POINTE PD côté D (7) - pas PD à côté du PG (&) - POINTE PG côté G (8) - pas PG à côté du PD (&)

Restart après 16 comptes pendant le 6^{ème} mur (lequel commence face à 3H). Lorsque vous danserez le restart, il vous faudra remplacer le BALL/CROSS par : pas PG à côté du PD – Ainsi vous aurez le poids du corps sur le bon pied pour recommencer la danse au début, face à 12H.

Source : Copperknob. **Traduction et mise en page :** HAPPY DANCE TOGETHER Août 2020

<https://youtu.be/SSliOUJhkME>

Bellegarde-en-Forez 42210 lenid.baroin@wanadoo.fr <http://www.happy-dance-together.com/>

Se reporter impérativement à la fiche originale du chorégraphe qui seule fait foi.