



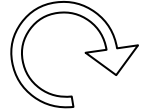
# BETTS LIFE

**Chorégraphe : Dustin Betts (USA) - Février 2024**

**Niveau : Intermédiaire**

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

**Musique : Best Life - KOYOTIE**



**Introduction: 32 temps**

- 1-8 R BALL, L HEEL GRIND, R SIDE, L BEHIND-SIDE-CROSS, R SIDE ROCK, L RECOVER, R BEHIND- SIDE ¼.**  
&1-2 Pas BALL PD sur place (&) - **HEEL GRIND PG** : CROSS talon PG devant PD (*appui talon PG, pointe « IN »*) ... **GRIND** talon G (*talon G écrasant le sol*) **en faisant pivoter** pointe PG de D à G « OUT » (1) - **petit pas PD côté D** (2)  
3&4 **BEHIND SIDE CROSS G** : CROSS PG derrière PD (3) - pas PD côté D (&) - CROSS PG devant PD (4)  
5-6 ROCK STEP latéral D côté D (5) - revenir sur PG côté G (6)  
7&8 CROSS PD derrière PG (7) - pas PG côté G (&) - ¼ de tour à G ... pas PD avant **9H** (8)
- 9-16 KICKS (L-R), L VAUDEVILLE, R BALL CROSS, HOLD, R BALL CROSS (x2).**  
1&2& KICK PG avant (1) - pas PG sur place (&) - KICK PD avant (2) - pas PD sur place (&)  
3&4 **VAUDEVILLE** : CROSS PG devant PD (3) - pas PD légèrement côté D (&) - TAP talon PG sur la diagonale G, pointe de pied « OUT » ⚡ (4)  
& Pas BALL PG côté G (&)  
5-6 CROSS PD devant PG (5) - **HOLD** (6)  
& Pas BALL PG côté G (&)  
7&8 **CROSS TRIPLE D vers G** : CROSS PD devant PG (7) - petit pas PG côté G (&) - CROSS PD devant PG (8) **9H**
- 17-24 1/8 L HITCH, L CROSS, R BACK, L BACK SHUFFLE, ½, ½, R COASTER.**  
&1-2 HITCH genou G face à la diagonale G, corps orienté face à **7H30** (&) - CROSS PG devant PD (1) - pas PD arrière (2)  
3&4 **TRIPLE STEP G arrière** : pas PG arrière (3) - pas PD à côté du PG (&) - pas PG arrière (4)  
5-6 ½ tour à D ... pas PD avant **1H30** (5) - ½ tour à D ... pas PG arrière **7H30** (6)  
7&8 **COASTER STEP D** : pas PD arrière (7) - pas PG à côté du PD (&) - pas PD avant (8) **7H30**
- 25-32 L CROSS, R SIDE ROCK, L RECOVER, R CROSS, L SIDE ROCK, R RECOVER, L CROSS, 1/8, ¼ L SAILOR.**  
1-2& CROSS PG devant PD (1) - ROCK STEP latéral D côté D (2) - revenir sur PG côté G (&) **7H30**  
3&4 CROSS PD devant PG (3) - ROCK STEP latéral G côté G (&) - revenir sur PD côté D (4) **7H30**  
5-6 CROSS PG devant PD (5) - pas PD côté D en vous plaçant face à **6H** (6)  
7&8 **SAILOR STEP G ¼ de tour à G** : 1/8 de tour à G ... CROSS PG derrière PD (7) - 1/8 de tour à G ... pas PD à côté du PG **3H** (&) - pas PG avant (8)

**Tag: A la fin du 2<sup>ème</sup> mur face à 6H.**

- 1-8 R BALL, L HEEL GRIND, R SIDE, L BEHIND, R TOUCH, R HEEL GRIND, L SIDE, R BEHIND, L TOUCH.**  
&1-2 Pas BALL PD sur place (&) - **HEEL GRIND PG** : CROSS talon PG devant PD (*appui talon PG, pointe « IN »*) ... **GRIND** talon G (*talon G écrasant le sol*) **en faisant pivoter** pointe PG de D à G « OUT » (1) - **petit pas PD côté D** (2)  
&3-4 CROSS PG derrière PD (&) - POINTE PD sur diagonale arrière D (3) - **HOLD** (4)  
5-6 **HEEL GRIND PD** : CROSS talon PD devant PG (*appui talon PD, pointe « IN »*) ... **GRIND** talon D (*talon D écrasant le sol*) **en faisant pivoter** pointe PD de G à D « OUT » (5) - **petit pas PG côté G** (6)  
&7-8 CROSS PD derrière PG (&) - POINTE PG sur diagonale arrière G (7) - **HOLD** (8) **6H**  
**Note: Vous êtes déjà prêt en appui sur PD pour reprendre la danse face à 6H. Démarrer avec le HEEL GRIND sur le compte 1.**

**Restart: pendant le 8<sup>ème</sup> mur, lequel commence face à 9H. Danser les 8 premiers comptes jusqu'au ¼ de tour à D ... pas PD avant. Reprendre tout de suite avec le HEEL GRIND PG devant PD (compte 1).**

**Source:** Copperknob. **Traduction et mise en page :** **HAPPY DANCE TOGETHER** Novembre 2024

<https://youtu.be/lurBkX02zDE?si=Cb1Bud3Ae0MhsK41>

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

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