

BACK TO LIFE



Type : Danse en ligne , 72 comptes , 1 murs , 1 tag/restart (type waltz)
Niveau : Novice
Chorégraphe : GAUTHIER Agnès
Musique : " Back To Life " de Rascal FLATTS
Intro : 24 comptes .



1 - 6 LF TWINKEL, RF TWINKEL,

1-3 PG en diagonale avant droite, PD à droite, PG en diagonale avant gauche
4-6 PD croisé en en diagonale avant gauche, PG à gauche, PD en diagonale avant droite

7 - 12 LF STEP, RF SWEEP, RF STEP, LF SWEEP WITH ¼ TURN

1-3 PG devant, sweep du PD de l'arrière vers l'avant
4-6 PD devant, sweep du PG de l'arrière vers l'avant en faisant ¼ de tour vers la droite

13 - 18 LF WEAVE, RF SLIDE, LF TOUCH

1-3 PG croisé devant PD, PD à droite, PG croise derrière PD,
4-6 PD grand pas à droite sur 2 comptes, PG pointé près du PD

19 - 24 LF SLIDE, RF TOUCH, ¼ TURN RF STEP FWD, FULL TURN ON PLACE

1-3 PG Grand pas à gauche sur 2 compte, PD pointé près du PG
4-6 ¼ de tour à droite PD devant, tour complet sur 2 comptes sur place

Tag/Restart ici au 5ème Mur. Compte 4-6 remplacer tour complet par step ½ tour

25 - 30 LF STEP FWD, RF KICK SLOW, RF BIG STEP BACK, LF HOOK

1-3 PG devant, PD faire un kick en déroulant la jambe lentement vers la diagonale avant droite
4-6 PD derrière sur 2 comptes, PG Hook devant PD

31 - 36 LF STEP FWD, PIVOT ½ TURN, PIVOT ½ TURN, RF BIG STEP FWD, LF TOUCH

1-3 PG devant, ½ à gauche PD derrière, ½ tour à gauche PG devant
4-6 PD grand pas devant sur 2 comptes, PG pointé derrière PD

37 - 42 LF BIG STEP BACK, RF HOOK, ¼ TURN RF STEP FWD, PIVOT ½ TURN, PIVOT ½ TURN

1-3 PG grand pas en arrière sur 2 comptes, PD hook devant PG
4-6 ¼ de tour à droite PD devant, ½ tour à droite PG derrière, ½ à droite PD devant



BACK TO LIFE (SUITE)



43 - 48 LF BIG STEP FWD, RF TOUCH, RF SLIDE , LF TOUCH

- 1-3 PG grand pas en avant sur 2 comptes, PD pointé derrière PG
4-6 PD grand pas à droite sur 2 compte, PG pointé près du PD

49 - 54 ¼ TURN LF STEP LOCK STEP, RF STEP LOCK STEP

- 1-3 ¼ de tour à gauche et PG devant, PD crocheté derrière PG, PG devant
4-6 PD devant, PG crocheté derrière PD, PD devant

55 - 60 LF CROSS ROCK WITH ¼ TURN, RF CROSS ROCK, RF SIDE

- 1-3 PG Rock step croisé devant PD, retour poids du corps sur PD, ¼ de tour à gauche PG à gauche
4-6 PD Rock step croisé devant PG, retour poids du corps sur PG, PD à droite

61 - 66 LF STEP LOCK STEP, RF STEP LOCK STEP

- 1-3 PG devant, PD crocheté derrière PG, PG devant
4-6 PD devant, PG crocheté derrière PD, PD devant

67 - 72 LF CROSS ROCK WITH ¼ TURN, RF CROSS ROCK, RF SIDE

- 1-3 PG Rock step croisé devant PD, retour poids du corps sur PD, ¼ de tour à gauche PG à gauche
4-6 PD Rock step croisé devant PG, retour poids du corps sur PG, PD à droite

RECOMMENCEZ ET GARDER LE SOURIRE