|  |  |
| --- | --- |
| Lifers (de) |  |

.

|  |
| --- |
| . |
| **Count:** | 32 | **Wand:** | 2 | **Ebene:** | Improver | . |
| **Choreograf/in:** | Silvia Schill (DE) - Juli 2018 |
| **Musik:** | Lifers - Cody Jinks |
| . |

**Der Tanz beginnt mit dem Einsatz des Gesangs.**

**Heel grind turning ¼ r, coaster step, rock forward, ¼ turn l/chassé l**

|  |  |
| --- | --- |
| 1-2 | Schritt nach vorn mit rechts, nur die Hacke aufsetzen (Fußspitze zeigt nach links) - ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links (Fußspitze mitdrehen) (3 Uhr) |

|  |  |
| --- | --- |
| 3&4 | Schritt nach hinten mit rechts - LF an rechten heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit rechts |

|  |  |
| --- | --- |
| 5-6 | Schritt nach vorn mit links, RF etwas anheben - Gewicht zurück auf den RF |

|  |  |
| --- | --- |
| 7&8 | ¼ Drehung links herum und Schritt nach links mit links (12 Uhr) - RF an linken heransetzen und Schritt nach links mit links |

**Restart: In der 3. Runde - Richtung 12 Uhr - hier abbrechen und von vorn beginnen**

**Restart: In der 5. und 8. Runde - Richtung 6 Uhr - hier abbrechen und von vorn beginnen**

**Cross, side, sailor step, cross, side, behind-side-cross**

|  |  |
| --- | --- |
| 1-2 | RF über linken kreuzen - Schritt nach links mit links |

|  |  |
| --- | --- |
| 3&4 | RF hinter linken kreuzen - Schritt nach links mit links und Gewicht zurück auf den RF |

|  |  |
| --- | --- |
| 5-6 | LF über rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts |

|  |  |
| --- | --- |
| 7&8 | LF hinter rechten kreuzen - Schritt nach rechts mit rechts und LF über rechten kreuzen |

**Figure of 8 vine turning ¼ l**

|  |  |
| --- | --- |
| 1-2 | Schritt nach rechts mit rechts - LF hinter rechten kreuzen |

|  |  |
| --- | --- |
| 3-4 | ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts (3 Uhr) - Schritt nach vorn mit links |

|  |  |
| --- | --- |
| 5-6 | ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts - ¼ Drehung rechts herum und Schritt nach links mit links (12 Uhr) |

|  |  |
| --- | --- |
| 7-8 | RF hinter linken kreuzen - ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links (9 Uhr) |

**Chassé r, ¼ turn l/rock back, step, lock, locking shuffle forward**

|  |  |
| --- | --- |
| 1&2 | Schritt nach rechts mit rechts - LF an rechten heransetzen und Schritt nach rechts mit rechts |

|  |  |
| --- | --- |
| 3-4 | ¼ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit links, RF etwas anheben (6 Uhr) - Gewicht zurück auf den RF |

|  |  |
| --- | --- |
| 5-6 | Schritt nach vorn mit links - RF hinter linken einkreuzen |

|  |  |
| --- | --- |
| 7&8 | Schritt nach vorn mit links - RF hinter linken einkreuzen und Schritt nach vorn mit links |

**Wiederholung bis zum Ende**

**Inhalt, der Rechtschreibung u.ä. gibt es keine Gewähr!**

**Und lächeln nicht vergessen, denn Tanzen macht Spaß! Eure Silvia von den Country Linedancern www.country-linedancer.de**