

# Lifers (de)

Count: 32

Wand: 2

Ebene: Improver



Choreograf/in: Silvia Schill (DE) - July 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 abrechnen und von vorn beginnen**

**Restart: In der 5. und 8. Runde - Richtung 6 Uhr - hier abrechnen 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](http://www.country-linedancer.de)**