

# Way of Life (fr)

拍數: 64 牆數: 2 級數: Intermédiaire Phrasee  
編舞者: Bruno Penet (FR) & Isabelle Dréau (FR) - 4 Mai 2024  
音樂: Here's To Hometowns - Nate Smith



Intro : 32 temps

SÉQUENCE : A – Tag 1 – B - B – Tag 1 – A – B - B – Tag 2 – B - B – Tag 1 – A - Final

## PARTIE A (32 comptes)

**[1-8] SIDE ROCK R, & SIDE ROCK L with STOMP R, CROSS L, R POINT BEHIND L, STEP BACK R, HEEL FWD L, STEP FWD L, SCUFF R**

- 1-2& Poser PD à D, revenir en appui sur PG, ramener PD à côté du PG,  
3-4 Poser G à G, revenir en appui sur PD en le frappant sur le sol,  
5-6 Croiser PG devant PD, toucher pointe PD derrière PG,  
&7&8 Poser PD derrière, toucher talon PG devant, poser PG devant, frotter le sol avec le talon PD.

**[9-16] STEP FWD R, ½ TURN L, CROSS (R & L), SWITCHES POINT SIDE (R & L), ROCK FWD R**

- 1-2 Poser PD devant, pivoter ½ tour à G (PDC sur PG), (6h00)  
3-4 Croiser PD devant PG, croiser PG devant PD,  
5&6& Poser pointe PD à D, ramener PD à côté du PG, poser pointe PG à G, ramener PG à côté PD,  
7-8 Poser PD devant, revenir en appui sur PG.

**[17-24] ROCK BACK R, STEP FWD R, ½ TURN L, MAMBO R, COASTER STEP L**

- 1-2 Poser PD derrière, revenir en appui sur PG,  
3-4 Poser PD devant, pivoter ½ tour à G (PDC sur PG), (12h00)  
5&6 Poser PD devant, revenir en appui sur PG, poser PD à côté du PG,  
7&8 Poser PG derrière, ramener PD à côté PG, poser PG devant.

**[25-32] CROSS R, STEP SIDE L, ¼ SAILOR STEP R, ¼ SIDE ROCK CROSS L, STOMP R, HEEL FAN R & FLICK R**

- 1-2 Croiser PD devant PG, poser PG à G,  
3&4 ¼ de tour à D croiser PD derrière PG, poser PG à G, poser PD à D, (3h00)  
5&6 ¼ de tour à D poser PG à G, revenir en appui sur PD, croiser PG devant PD, (6h00)  
7&8& Frapper PD devant, pivoter le talon PD à droite, revenir le talon PD au centre, petit coup de pied PD derrière.

## PARTIE B (32 comptes)

**[1-8] DIAG STEP LOCK STEP (R & L), VAUDEVILLE L ending ¼ R, ¼ SIDE ROCK CROSS**

- 1&2 Poser PD devant, croiser PG derrière PD, poser PD devant, (diagonale avant droite)  
3&4 Poser PG devant, croiser PD derrière PG, poser PG devant, (diagonale avant gauche)  
5&6& Croiser PD devant PG, ¼ de tour à D poser PG derrière, toucher talon PD en diagonale devant, ramener PD à côté PG, (3h00)  
7&8 ¼ de tour à D poser PG à G, revenir en appui sur PD, croiser PG devant PD. (6h00)

**[9-16] DIAG STEP LOCK STEP (R & L), VAUDEVILLE L ending ¼ R, ¼ SIDE ROCK CROSS**

- 1&2 Poser PD devant, croiser PG derrière PD, poser PD devant, (diagonale avant droite)  
3&4 Poser PG devant, croiser PD derrière PG, poser PG devant, (diagonale avant gauche)  
5&6& Croiser PD devant PG, ¼ de tour à D poser PG derrière, toucher talon PD en diagonale devant, ramener PD à côté PG, (9h00)  
7&8 ¼ de tour à D poser PG à G, revenir en appui sur PD, croiser PG devant PG. (12h00)

**[17-24] SCISSOR CROSS R, STEP SIDE L, TOUCH R, KICK BALL CROSS R, SIDE ROCK R**

- 1&2 Poser PD à D, ramener PG à côté du PG, croiser PD devant PG,  
3-4 Poser PG à G, toucher PD à côté du PG,  
5&6 Coup de pied PD devant, poser la plante du PD à côté du PG, croiser PG devant PD,  
7-8 Poser PD à D, revenir en appui sur PG.

**[25-32] SAILOR STEP ¼, ROCK STEP L, ½ TRIPLE FWD, ¼ SIDE ROCK R, FLICK R**

- 1&2 ¼ tour à D croiser PD derrière PG, poser PG à G, poser PD à D, (3h00)  
3-4 Poser PG devant, revenir en appui sur PD,  
5&6 ½ tour à G poser PG devant, ramener PD à côté PG, poser PG devant, (9h00)  
7&8 ¼ de tour à G poser PD à D, revenir en appui sur PG, petit coup de pied PD en arrière. (6h00)

**TAG 1 (8 comptes)**

**[1-8] TRIPLE SIDE R & HOOK L, ¼ TRIPLE SIDE L & HOOK R, TRIPLE SIDE R & HOOK L, ½ LARGE STEP L BACK, HOOK R**

- 1&2& Poser PD à D, ramener PG à côté PD, poser PD à D, croiser PG derrière PD,  
3&4& ¼ tour à D poser PG à G, ramener PD à côté du PG, poser PG à G, croiser PD derrière PG, (3h00)  
5&6& ¼ tour à D poser PD à D, ramener PG à côté PD, poser PD à D croiser PG derrière PD, (6h00)  
7-8 ½ tour à D poser PG derrière (grand pas), croiser PD devant la jambe G, (12h00)

**TAG 2 (20 comptes)**

**[1-8] TRIPLE SIDE R, ROCK BACK L, TRIPLE SIDE L, ½ STEP SIDE R, STOMP L**

- 1&2 Poser PD à D, ramener PG à côté PD, poser PD à D,  
3-4 Poser PG derrière, revenir en appui sur PD,  
5&6 Poser PG à G, ramener PD à côté PG, poser PG à G,  
7-8 ½ tour à D poser PD à D, frapper le sol avec le PG. (6h00)

**[9-16] TRIPLE SIDE R, ROCK BACK L, TRIPLE SIDE L, ½ STEP SIDE R, STOMP L**

- 1&2 Poser PD à D, ramener PG à côté PD, poser PD à D,  
3-4 Poser PG derrière, revenir en appui sur PD,  
5&6 Poser PG à G, ramener PD à côté PG, poser PG à G,  
7-8 ½ tour à D poser PD à D, frapper le sol avec le PG. (12h00)

**[17-20] JAZZ BOX ½**

- 1-2 Croiser PD devant PG, ¼ de tour à D poser PG derrière, (3h00)  
3-4 ¼ de tour à D poser PD devant, poser PG devant. (6h00)

**FINAL**

**Stomp PD devant**

**Légende : PD = pied droit - PG = pied gauche - D = droite - G = gauche – PDC = poids du corps**

**REPRENDRE LA DANSE AU DEBUT ET GARDER LE SOURIRE !!**

---