

# DANSE LA VIE

Chorégraphes : José Miguel Belloque Vane, Roy Verdonk

Count : 48 temps – 1 mur

Niveau : Phrasé Intermédiaire

Musique : C'est la Vie - Claude

*Compte Départ : Commencez après l'intro sur la parole « La Vie »*

*Séquences : Intro, A, B, B, A, B, B, B, Tag, A*

Comptes	Description	Description, sens	Murs
<b>Intro</b>	<p>« La Vie » PD à droite en ouvrant les 2 bras            « Sang To Me » ramener le pdc à gauche en croisant vos mains sur la poitrine            « Je Me Rappelle » Step turn, step turn            « J'étais petit » PD à côté du PG en baissant les mains sur les côtés            « O I Was » pause - « Just » PD en avant - « A Little » pause            « Boy » PG en avant            « But I Remember » PD à droite en levant la main D en diag.            « La Mélodie » faire un cercle avec la main droite dans le sens inverse des aiguilles d'une montre – répéter sur « La Mélodie »</p> <p><b>PART A</b></p>		
<b>Section 1</b>	<b>FULL DIAMOND, STEP HITCH, STEP, 1 ½ RUN AROUND</b>		
1&a	PG croisé devant PD, PD à droite 1/8 t à gauche avec PG en arrière	Full Diamond	10h30
2&a	PD en arrière, 1/8 t à gauche avec PG à gauche, 1/8 t à gauche avec PD en a avant		7h30
3&a	PG en avant, 1/8 t à gauche avec PD à droite, 1/8 t à gauche avec PG en arrière		4h30
4&a	PD en arrière, 1/8 t à gauche avec PG à gauche, ¼ t à gauche avec PD en avant		12h
5&a-6&a	PG en avant en montant sur la pointe des pieds en levant le genou droit, PD en avant	Step hitch	
7&a	¼ t à gauche avec PG en avant, ¼ t à gauche avec PD en avant, ¼ t à gauche avec PG en avant	1 ½ run around	3h
8&a	¼ t à gauche avec PD en avant, ¼ t à gauche avec PG en avant, ¼ t à gauche avec PD en avant		6h
<b>Section 2</b>	<b>STEP SWEEP, ½ TWINKLE, 1/8 WALK, WALK, BACK HOOK, STEP ½ LIFT, BACK ½ LIFT, STEP LIFT</b>		
1	PG en avant avec sweep du PD de l'arrière vers l'avant	Step sweep	
2&a	PD croisé devant PG, ¼ t à droite avec PG à gauche, ¼ t à droite avec PD à droite	½ Twinkle	12h
3&a-4&a	1/8 t à gauche avec PG en avant, PD en avant	1/8 walk L, R	1h30
5&a	PG en arrière avec PD croisé devant tibia G		
6&a	PD en avant avec ½ t à droite et jambe G levée en arrière	Step ½ lift	7h30
7&a	PG en arrière avec ½ t à droite et jambe D levée en avant	Back ½ lift	1h30
8&a	PD en avant avec jambe G levée en arrière	Step lift	

	<b>PART B</b>		
<b>Section 1</b>	<b>CROSS ROCK, SIDE SHUFFLE, CROSS, HOLD, SIDE ROCK, ¼ RECOVER</b>		
1-2	PG croisé devant PD, ramener pdc sur PD	Cross rock	1h30
3&4	1/8 t à gauche avec PG à gauche, PD à côté du PG, PG à gauche	Chassé L	12h
5-6	1/8 t à gauche avec PD croisé devant PG, pause	Cross, hold	10h30
7-8	1/8 t à droite avec PG à gauche, ¼ t à droite en ramenant le pdc sur PD	Side rock ¼ R	3h
<b>Section 2</b>	<b>SHUFFLE, FULL TURN, STOMP, HOLD, STEP, ½ PIVOT</b>		
1&2	PG en avant, PD à côté du PG, PG en avant	Shuffle L	
3-4	½ t à gauche avec PD en arrière, ½ à gauche avec PG en avant	Full turn L	3h
5-6	Frapper PD en avant, pause	Stomp, hold	
7-8	PG en avant, ½ à droite avec pdc sur PD en avant	Step turn R	9h
<b>Section 3</b>	<b>¼ SHUFFLE, ¼ SHUFFLE, ROCK, COASTER STEP</b>		
1&2	¼ t à droite avec PG à gauche, PD à côté du PG, ¼ t à droite avec PG en arrière	Turn shuffle R	3h
3&4	¼ t à droite avec PD à droite, PG à côté du PD, ¼ t à droite avec PD en avant	Turn shuffle R	9h
5-6	PG en avant, ramener pdc sur PD	Rock step L	
7&8	PG en arrière, PD à côté du PG, PG en avant	Coaster Step L	
<b>Section 4</b>	<b>STEP, ½ PIVOT, STEP, ¼ PIVOT, SIDE, HOLD</b>		
1-2	PD en avant, ½ t à gauche avec pdc sur PG en avant	Step turn L	3h
3-4	PD en avant, ¼ à gauche avec pdc sur PG en avant	Step ¼ turn L	12h
5	PD à droite en ouvrant les bras	Side R with arms	
6-7-8	Pause sur 3 comptes	Hold	
	<b>TAG : ¼ RECOVER, STEP ½ PIVOT x3, ¼ SIDE, HOLD, ARMS</b>		
&1-2	¼ t à gauche avec pdc sur PG à gauche, PD en avant, ½ t à gauche avec pdc sur PG en avant	¼ t L, step turn L	3h
3-4	PD en avant, ½ t à gauche avec pdc sur PG en avant	Step turn L	9h
5-6	PD en avant, ½ t à gauche avec pdc sur PG en avant	Step turn L	3h
7-8	¼ t à gauche avec PD à droite, pause en ouvrant les bras	Step ¼ L	12h
	<i><b>Recommencez en gardant votre sourire</b></i>		
	Si vous constatez des erreurs, merci de me contacter par mail : <a href="mailto:christine.diorio@wanadoo.fr">christine.diorio@wanadoo.fr</a>		
	27 octobre 2025		

# Danse La Vie



**Count:** 48

**Wall:** 1

**Level:** Intermediate Phrased

**Choreographer:** José Miguel Belloque Vane (NL) & Roy Verdonk (NL) - June 2025



**Music:** C'est La Vie - Claude

**Intro: Start Intro on Vocal “La Vie”**

**Sequence:** Intro, A B, B, A, B, B, B, Tag, A

## Intro Danced on Vocals

“La Vie” Step right to right opening both arms to sides

“Sang To Me” Recover weight to left stepping right beside left crossing arms over chest

“Je Me Rappelle” Step right forward, pivot  $\frac{1}{2}$  left transferring weight onto left,

Step right forward, pivot  $\frac{1}{2}$  left transferring weight onto left

“J’étais Petit” Step right beside left pushing hands down to sides

“Oh I Was” Hold

“Just” Step right forward

“A Little” Hold

“Boy” Step left forward

“But I Remember” Step right to right raising right hand up to right diagonal

“La Melodie” Circle right hand anticlockwise

“La Melodie” Circle right hand anticlockwise

## Part A

### SEC 1 Full Diamond, Step Hitch, Step, $1\frac{1}{2}$ Run Around

1&a Cross left over right, step right to right, turn  $\frac{1}{8}$  left step left back (10:30)

2&a Step right back, turn  $\frac{1}{8}$  left step left to left, turn  $\frac{1}{8}$  left step right forward (7:30)

3&a Step left forward, turn  $\frac{1}{8}$  left step right to right, turn  $\frac{1}{8}$  left step left back (4:30)

4&a Step right back, turn  $\frac{1}{8}$  left step left to left, turn  $\frac{1}{4}$  left step right forward (12:00)

5-6 Step left forward raising up onto toes hitching right knee, step right forward

7&a Turn  $\frac{1}{4}$  left step left forward, turn  $\frac{1}{4}$  left step right forward, turn  $\frac{1}{4}$  left step left forward (3:00)

8&a Turn  $\frac{1}{4}$  left step right forward, turn  $\frac{1}{4}$  left step left forward, turn  $\frac{1}{4}$  left step right forward (6:00)

### SEC 2 Step Sweep, $\frac{1}{2}$ Twinkle, $\frac{1}{8}$ Walk, Walk, Back Hook, Step $\frac{1}{2}$ Lift, Back $\frac{1}{2}$ Lift, Step Lift

1 Step left forward sweeping right from back to front

2&a Cross right over left, turn  $\frac{1}{4}$  right step left to left, turn  $\frac{1}{4}$  right step right to right (12:00)

3-4 Turn  $\frac{1}{8}$  right step left forward, step right forward (1:30)

5 Step left back hooking right over left

6 Step right forward turn  $\frac{1}{2}$  right lifting left back (7:30)

7 Step left back turn  $\frac{1}{2}$  right lifting right forward (1:30)

8 Step right forward lifting left back

## Part B

### SEC 1 Cross Rock, Side Shuffle, Cross, Hold, Side Rock, $\frac{1}{4}$ Recover

1-2 Cross rock left over right, recover weight on to right

3&4 Step left to left, step right beside left, step left to left

5-6 Cross right over left, hold

7-8 Rock left to left, turn  $\frac{1}{4}$  right recover weight on to right (3:00)

**SEC 2 Shuffle, Full Turn, Stomp, Hold, Step,  $\frac{1}{2}$  Pivot**

1&2 Step left forward, step right beside left, step left forward  
3-4 Turn  $\frac{1}{2}$  left step right back, turn  $\frac{1}{2}$  left step left forward (3:00)  
5-6 Stomp right forward, hold  
7-8 Step left forward, pivot  $\frac{1}{2}$  right transferring weight onto right (9:00)

**SEC 3  $\frac{1}{2}$  Shuffle,  $\frac{1}{2}$  Shuffle, Rock, Coaster Step**

1&2 Turn  $\frac{1}{4}$  right step left to left, step right beside left, turn  $\frac{1}{4}$  right step left back (3:00)  
3&4 Turn  $\frac{1}{4}$  right step right to right, step left beside right, turn  $\frac{1}{4}$  right step right forward (9:00)  
5-6 Rock left forward, recover weight on to right  
7&8 Step left back, step right beside left, step left forward

**SEC 4 Step,  $\frac{1}{2}$  Pivot, Step,  $\frac{1}{4}$  Pivot, Side, Hold**

1-2 Step right forward, pivot  $\frac{1}{2}$  left transferring weight onto left (3:00)  
3-4 Step right forward, pivot  $\frac{1}{4}$  left transferring weight onto left (12:00)  
5 Step right to right

**Arms Open arms to sides**

6-7-8 Hold for 3 counts

**Tag**

**$\frac{1}{4}$  Recover, Step  $\frac{1}{2}$  Pivot x3,  $\frac{1}{4}$  Side, Hold, Arms**

&1-2 Turn  $\frac{1}{4}$  left recover weight on to left, step right forward, pivot  $\frac{1}{2}$  left transferring weight onto left  
3-4 Step right forward, pivot  $\frac{1}{2}$  left transferring weight onto left  
5-6 Step right forward, pivot  $\frac{1}{2}$  left transferring weight onto left  
7-8 Turn  $\frac{1}{4}$  left step right to right, hold

**Arms 7 Open arms to sides**

