

## Speed Of Life

Choreographie: Sonja & Doris

<b>Beschreibung:</b>	32 count, 2 + 2 wall, improver line dance; 1 restart, 0 tags
<b>Musik:</b>	<b>The Speed of Life</b> von George Canyon
<b>Hinweis:</b>	Der Tanz beginnt nach 16 Taktschlägen mit dem Einsatz des Gesangs

### S1: Walk 2, locking shuffle back, sailor step turning ¼ l, stomp forward-heels split

- 1-2 2 Schritte nach vorn (r - l)
- 3&4 Schritt nach hinten mit rechts - Linken Fuß über rechten einkreuzen und Schritt nach hinten mit rechts
- 5&6 Linken Fuß hinter rechten kreuzen - ¼ Drehung links herum, rechten Fuß an linken heransetzen und Schritt nach vorn mit links (9 Uhr)
- 7&8 Rechten Fuß vorn aufstampfen (ohne Gewichtswechsel) - Beide Hacken nach außen und wieder zusammen drehen (Gewicht am Ende links)

### S2: Coaster step, step, pivot ½ r, ½ turn r, ½ turn r, run 3

- 1&2 Schritt nach hinten mit rechts - Linken Fuß an rechten heransetzen und kleinen Schritt nach vorn mit rechts
- 3-4 Schritt nach vorn mit links - ½ Drehung rechts herum auf beiden Ballen, Gewicht am Ende rechts (3 Uhr)
- 5-6 ½ Drehung rechts herum und Schritt nach hinten mit links - ½ Drehung rechts herum und Schritt nach vorn mit rechts
- 7&8 3 kleine Schritte nach vorn (l - r - l)  
(**Restart:** In der 6. Runde - Richtung 9 Uhr - hier abrechnen und von vorn beginnen)  
(**Ende:** Der Tanz endet hier in der 9. Runde - Richtung 12 Uhr; zum Schluss 'Rechten Fuß vorn aufstampfen')

### S3: Kick-stomp-flick-stomp-toe-heel-toe swivels, toe-heel-toe swivels, stomp, stomp

- 1& Rechten Fuß nach vorn kicken und neben linkem aufstampfen (ohne Gewichtswechsel)
- 2& Rechten Fuß nach schräg rechts hinten schnellen und neben linkem aufstampfen (ohne Gewichtswechsel)
- 3&4 Rechte Fußspitze, Hacke und wieder Fußspitze nach rechts drehen
- 5&6 Rechte Fußspitze, Hacke und wieder Fußspitze nach links drehen
- 7-8 Rechten Fuß neben linkem aufstampfen - Linken Fuß neben rechtem aufstampfen

### S4: Cross-side-heel & cross, ¼ turn l, shuffle back ½ turning l, stomp, stomp

- 1& Rechten Fuß über linken kreuzen und kleinen Schritt nach links mit links
- 2& Rechte Hacke schräg rechts vorn auftippen und rechten Fuß an linken heransetzen
- 3-4 Linken Fuß über rechten kreuzen - ¼ Drehung links herum und Schritt nach hinten mit rechts (12 Uhr)
- 5&6 ¼ Drehung links herum und Schritt nach links mit links - Rechten Fuß an linken heransetzen, ¼ Drehung links herum und Schritt nach vorn mit links (6 Uhr)
- 7-8 Rechten Fuß neben linkem aufstampfen - Linken Fuß neben rechtem aufstampfen

### Wiederholung bis zum Ende