



# We Only Live Once EZ

Choreographie: Lene Mainz Pedersen  
Beschreibung: 32 Count, 4 wall, Beginner  
Musik: We Only Live Once von Shannon Noll  
Hinweis: Der Tanz beginnt nach 32 Takten mit Einsatz des Gesanges  
Empfohlenes Video: <https://www.youtube.com/watch?v=4cSRE3Mv4-w>

## 1-8 Walk 2, Mambo fw, 2 x back, Coaster Step Section 1

- 1-2 2 Schritte nach vorn (r-l)
- 3 & 4 RF Schritt nach vorn, Gewicht zurück auf LF, RF Schritt nach hinten
- 5-6 2 Schritte nach hinten( l-r)
- 7 & 8 LF Schritt nach hinten, RF an LF heransetzen, LF kleiner Schritt nach vorne

## 9-16 Step, lock, Step lock Step r & l Section 2

- 1-2 RF Schritt nach vorn, LF hinter RF einkreuzen
- 3&4 RF Schritt nach vorn, LF hinter RF einkreuzen, RF Schritt nach vorn
- 5-6 LF Schritt nach vorn, RF hinter LF einkreuzen
- 7&8 LF Schritt nach vorn, RF hinter LF einkreuzen, LF Schritt nach vorn

## 17-24 Cross Rock, Chassé R / Cross Rock Chasse L mit 14 Turn Section 3

- 1-2 RF über LF kreuzen, Gewicht zurück auf LF
- 3&4 RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen, RF Schritt nach rechts
- 5-6 LF über RF kreuzen, Gewicht zurück auf den RF
- 7&8 LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen, ¼ Drehung Links und LF Schritt nach vorn (9:00)

## 25-32 Cross, Point r + l, Jazz Box Sektion 4

- 1-2 RF über LF kreuzen, LF Fussspitze links auftippen
- 3-4 LF über RF kreuzen, RF Fussspitze rechts auftippen
- 5-6 RF über LF kreuzen, Schritt nach hinten mit links
- 7-8 RF Schritt nach rechts, LF Schritt nach vorn

Wiederholen bis zum Ende, geniessen und lächeln 🐔 👯♂ 👯♀ 😊

Viel Spass wünschen Euch die Crazy Chicken Dancers Toggenburg

<http://www.crazy-chicken-toggenburg.ch>