

## This Is The Life (Dutch)

64 Count, 1 Wall, Intermediate

Choreographer: Edith de Groot (NL) May 2008  
Choreographed to: This Is The Life by Amy McDonald

---

**intro: 16 tellen****walk x2, side mambo R, walk x2, side rock L with ¼ turn R**

- 1-2 RV loop voor, LV loop voor  
3&4 RV rock R-opzij, LV rock terug, RV zet naast LV  
5-6 LV loop voor, RV loop voor  
7&8 LV rock L-opzij, RV rock ¼ draai R-om terug, LV zet naast RV

**½ turn R x2, coasterstep, side, close, chasse ¼ turn L**

- 1-2 draai ½ R-om RV stap voor, draai ½ R-om LV stap achter  
3&4 RV stap achter, LV zet naast RV, RV stap voor  
5-6 LV stap L-opzij, RV sluit bij  
7&8 L-shuffle L-opzij met ¼ draai L-om

**mambo forw, mambo back, heel jacks**

- 1&2 RV rock voor, LV rock terug, RV zet naast LV  
3&4 LV rock achter, RV rock terug, LV zet naast RV  
5&6 RV kruis over LV, LV zet iets achter, RV tik hak schuin R-voor  
&7&8 RV zet terug, LV kruis over RV, RV zet iets achter, LV tik hak schuin L-voor

**& cross shuffle, ¼ turn R x2, lockstep, triple full turn L**

- &1&2 LV zet terug, R-cross shuffle L-opzij  
3-4 draai ¼ R-om LV stap achter, draai ¼ R-om RV stap R-opzij  
5&6 LV stap voor, RV lock achter LV, LV stap voor  
7&8 hele triple draai L-om R.L.R.

**walk x2, side mambo L, walk x2, side rock R with ¼ turn L**

- 1-2 LV loop voor, RV loop voor  
3&4 LV rock L-opzij, RV rock terug, LV zet naast RV  
5-6 RV loop voor, LV loop voor  
7&8 RV rock R-opzij, LV rock ¼ draai L-om terug, RV zet naast LV

**½ turn L x2, coasterstep, side, close, chasse ¼ turn R**

- 1-2 draai ½ L-om LV stap voor, draai ½ L-om RV stap achter  
3&4 LV stap achter, LV zet naast RV, LV stap voor  
5-6 RV stap R-opzij, LV sluit bij  
7&8 R-shuffle R-opzij met ¼ draai R-om

**mambo forw, mambo back, heel jacks**

- 1&2 LV rock voor, RV rock terug, LV zet naast RV  
3&4 RV rock achter, LV rock terug, RV zet naast LV  
5&6 LV kruis over RV, RV zet iets achter, LV tik hak schuin voor  
&7&8 LV zet terug, RV kruis over LV, LV zet iets achter, RV tik hak schuin voor

**& cross shuffle, ¼ turn L x2, lockstep, triple full turn R**

- &1&2 RV zet terug, L-cross shuffle R-opzij  
3-4 draai ¼ L-om RV stap achter, draai ¼ L-om LV stap L-opzij  
5&6 RV stap voor, LV lock achter RV, RV stap voor  
7&8 hele triple draai R-om R.L.R.

**Finish:** 1&2 R-mambo voor  
3&4 L-mambo achter

