



# DEAR LIFE

(Janvier 2017, Mise à jour : 27/01/2017)

Pots communs à février 2018 : SUD-EST 2017-2018, ISERE SEPTEMBRE 2017 et AUVERGNE 2017/2018

Faite à mes élèves de Loyettes le 12 mars 2018



Chorégraphes : **Mike Liadouze** <http://mikeliadouze.free.fr/mike.liadouze@gmail.com>  
 Type : ligne, 2 murs, 64 à 80 temps, 79 à 96 comptes, 1 à 5 ou 6 pauses, 2 Tags, 0 Restart, 1 Final, Phrasée  
 Niveau : Intermédiaire  
 Style/Rythme : Polka  
 Traduction : Justine Bridu  
 Vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=vIUJ2VWeKbM&index=2&list=PLB11847DD793B36AD&t=0s>  
 Musique : **Dear Life - High Valley (127 BPM)**  
 Intro: 16 temps  
 Séquences: AABB tag1 ABB tag2 ABB final  
 Note Dédicace à « Lili » pour la musique !

## SECTION COMPTES DESCRIPTION DES PAS

PHRASE ORAL MUR

### PARTIE A: 32 comptes

#### A1 A1 à A8 ROCKING CHAIR, STEP TURN 1/2 L, 1/4 L KICK BALL CROSS

1-4	PD en ROCK avant – Retour appui PG – PD en ROCK arrière – Retour appui PG	<b>ROCKING CHAIR</b>	12:00
5-6	PD en avant – 1/2 Tr à G avec PG en avant	<b>STEP TURN</b>	06:00
7&8	1/4 Tr à G avec KICK en diagonale avant D – Plante D à côté du PG – CROSS PG devant PD	<b>1/4 KICK BALL CROSS</b>	03:00

#### A2 A&9 à A16 SYNCOPATED WEAVE, BIG STEP SIDE, SAILOR STEP

&1&2	PD à côté du PG - CROSS PG devant PD – PD à côté du PG – Croiser PG derrière PD	<b>SYNCOPA WEAVE</b>	03:00
&3&4	PD à côté du PG - CROSS PG devant PD - PD à côté du PG - CROSS PG devant PD	<b>&amp; CROSS TRIPLE</b>	03:00
	Option sur dernière séquence : HOLD à la place de &2 et &4 Soit : &1-2&3-4 : <b>BALL CROSS, HOLD, BALL CROSS, HOLD</b>	<b>BALL CROSS HOLD</b>	03:00
		<b>BALL CROSS HOLD</b>	03:00
5-6	Grand PD côté à D - Glisser PG à côté du PD	<b>SIDE SLIDE</b>	03:00
7&8	CROSS PG derrière PD - PD à D - PG à G	<b>SAILOR STEP</b>	03:00

#### A3 A17 à A24 TOUCH BEHIND, UNWIND 1/2 R, CROSS TRIPLE, 1/2 R CROSS TRIPLE, ROCK STEP SIDE

1-2	POINTE D derrière PG – UNWIND 1/2 Tr à D	<b>TOUCH UNWIND</b>	09:00
3&4	CROSS PG devant PD – PD à D – CROSS PG devant PD	<b>CROSS TRIPLE</b>	09:00
5&6	1/2 Tr à D avec CROSS PD devant PG – PG à G – CROSS PD devant PG	<b>1/2 CROSS TRIPLE</b>	03:00
7-8	PG en ROCK à G – Retour appui PD	<b>SIDE ROCK</b>	03:00

#### A4 A25 à A32 BALL CROSS, UNWIND 1/2 L, TRIPLE FORWARD, STEP TURN 1/2 R, 1/4 R SIDE, TOUCH

&1-2	PG à côté du PD - CROSS PD devant PG - UNWIND 1/2 Tr à G (pdc final sur G)	<b>&amp; CROSS UNWIND</b>	09:00
3&4	PD en avant – PG à côté du PD – PD en avant	<b>TRIPLE AVANT</b>	09:00
5-6	PG en avant – 1/2 Tr à D avec PD en avant	<b>STEP TURN</b>	03:00
7-8	1/4 Tr à D avec PG à G – TOUCH D à côté du PG	<b>1/4 TOUCH</b>	06:00

### Partie B: 32 comptes

#### B1 B1 à B8& 1-8 TRIPLE DIAGONALLY SIDE x2, FULL TURN R, 1/4 R BIG STEP SIDE

1&2	1/8 tr à G avec PD à D – PG à côté du PD – PD à D	<b>DIAG CHASSE à D</b>	10:30
3&4	1/4 Tr à D avec PG à G – PD à côté du PG – PG à G	<b>1/4 CHASSE à G</b>	01:30
5-6	3/8 Tr à D avec PD en avant (06:00) – 1/2 Tr à D avec PG arrière	<b>FULL TURN</b>	12:00
7-8	1/4 Tr à D avec grand PD à D – Glisser PG à côté du PD	<b>1/4 SLIDE</b>	03:00

#### B2 B9 à B16 CROSS, SIDE, SAILOR 1/4 L, CAMEL WALK HALF CIRCLE L

1-2	CROSS PG devant PD – PD à D	<b>CROSS SIDE</b>	03:00
3&4	Croiser PG derrière PD – 1/4 Tr à G avec PD à côté du PG – PG en avant	<b>SAILOR 1/4</b>	12:00
5-6	1/8 Tr à G avec PD en avant et POP genou G – 1/8 Tr à G avec PG en avant et POP genou D	<b>CAMEL WALK</b>	09:00
7-8	1/8 Tr à G avec PD en avant et POP genou G – 1/8 Tr à G avec PG en avant et POP genou D	<b>CAMEL WALK</b>	06:00

#### B3 B17 à B24 STEP TURN 1/2 L, TRIPLE FORWARD, SLOW STEP, 1/4 R ROCK STEP SIDE 1/4 L

1-2	PD en avant – 1/2 Tr à G avec PG en avant	<b>STEP TURN</b>	12:00
3&4	PD en avant – PG à côté du PD – PD en avant	<b>TRIPLE AVANT</b>	12:00
5-6	PG en avant – Pause	<b>WALK HOLD</b>	12:00
	Option sur B impaire : CHEST POP sur « trying TO CATCH my breath »	<b>CHEST POP</b>	12:00
	Sur B paire : BODY ROLL avant « dear LIFE »	<b>BODY ROLL</b>	12:00
7-8	1/4 Tr à D avec PD en ROCK à D – 1/4 Tr à G en revenant appui PG	<b>1/4 RETURN</b>	12:00

#### B4 B25 à B32 1/2 L BIG STEP BACK, COASTER STEP, JAZZ BOX

1-2	1/2 Tr à G avec grand PD arrière – Glisser PG à côté du PD	<b>1/2 BACK</b>	06:00
3&4	PG arrière – PD à côté du PG – PG en avant	<b>COASTER STEP</b>	06:00
5-8	CROSS PD devant PG - PG arrière – PD à côté du PG – PG en avant	<b>JAZZ BOX SQUARE</b>	06:00

### TAG 1 1T1 à 8T1 SLOW STEP TURN, ROCKING CHAIR, SLOW STEP TURN

1-4	PD en avant – Pause – 1/2 Tr à G avec PG en avant – Pause	<b>STEP HOLD TURN HOLD</b>	06:00
5-8	PD en ROCK avant D – Retour pdc sur G – PD en ROCK arrière – Retour pdc sur G	<b>ROCKING CHAIR</b>	06:00

#### 9T1 à 12 T1 SLOW STEP TURN

1-4	PD en avant – Pause – 1/2 Tr à G avec PG en avant – Pause	<b>STEP HOLD TURN HOLD</b>	12:00
-----	---	----------------------------	-------

### TAG 2 1T2 à 4T2 1-4 SLOW STEP TURN

1-4	PD en avant – Pause – 1/2 Tr à G avec PG en avant – Pause	<b>STEP HOLD TURN HOLD</b>	06:00
-----	---	----------------------------	-------

### FINAL : STOMP PD en avant et lever bras en V

		<b>STOMP</b>	12:00
--	--	--------------	-------

Amusez-vous bien, bonne chance !! 🍀

BD = bras droit, BG = bras gauche, C = centre, D = droit, G = gauche, Pdc = Poids du corps, PD = Pied droit ou pas droit, PG = Pied gauche ou pas gauche, TR = Tour ou Tourner

Personne n'étant infatigable, merci de m'indiquer toute erreur

[justinebridu@gmail.com](mailto:justinebridu@gmail.com)

Animatrice diplômée NTA

Mike Liadouze



# Dear Life



**Chorégraphe :** Mike Liadouze (Janvier 2017)      **Sequence :** AABB tag1 ABB tag2 AABB final  
**Description :** Ligne, 64 temps, 2 murs, 2 tags, phrasée      **Musique :** High Valley – Dear Life (127 BPM)  
**Introduction :** 16 temps      **Niveau :** Intermédiaire (Polka)

## PARTIE A :

1-8 **ROCKING CHAIR, STEP TURN 1/2 L, 1/4 L KICK BALL CROSS**  
 1-2 **ROCKING CHAIR D :** ROCK STEP PD avant, revenir appui PG,  
 3-4 ROCK STEP PD arrière, revenir appui PG  
 5&6 Pas PD avant, ..1/2 à G.. appui PG avant (6:00)  
 7&8 ..1/4 à G.. KICK PD diagonal avant D, pas PD ensemble, CROSS PG devant PD (3:00)

9-16 **SYNCHOPATED WEAVE, BIG STEP SIDE, SAILOR STEP**  
 &1&2 Pas PD ensemble, CROSS PG devant PD, pas PD ensemble, CROSS PG arrière PD<sup>1</sup>  
 &3&4 Pas PD ensemble, CROSS PG devant PD, pas PD ensemble, CROSS PG devant PD<sup>1</sup>  
 5-6 Grand pas PD côté, glisse PG ensemble  
 7&8 **SAILOR STEP G :** CROSS PG derrière PD, pas PD côté, pas PG côté

<sup>1</sup>option musical sur deux derniers A : HOLD à la place de &2 et &4

Soit : &1-2&3-4 : BALL CROSS, HOLD, BALL CROSS, HOLD

17-24 **TOUCH BEHIND, UNWIND 1/2 R, CROSS TRIPLE, 1/2 R CROSS TRIPLE, ROCK STEP SIDE**  
 1-2 TOUCH pointe D derrière PG, UNWIND ..1/2 à D.. appui PD côté (9:00)  
 3&4 **CROSS TRIPLE G :** CROSS PG devant PD, pas PD côté, CROSS PG devant PD  
 5&6 ..1/2 à D.. **CROSS TRIPLE D :** CROSS PD devant PG, pas PG côté, CROSS PD devant PG (3:00)  
 7-8 ROCK STEP PG côté, revenir appui PD

25-32 **BALL CROSS, UNWIND 1/2 L, TRIPLE FORWARD, STEP TURN 1/2 R, 1/4 R SIDE, TOUCH**  
 &1-2 Pas PG ensemble, CROSS PD devant PG, UNWIND ..1/2 à G.. appui PG avant (9:00)  
 3&4 **TRIPLE D avant :** pas PD avant, pas PG ensemble, pas PD avant  
 5-6 Pas PG avant, ..1/2 à D.. appui PD avant, (3:00)  
 7-8 ..1/4 à D.. pas PG côté, TOUCH pointe D ensemble (6:00)

## PARTIE B :

1-8 **TRIPLE DIAGONALLY SIDE x2, FULL TURN R, 1/4 R BIG STEP SIDE**  
 1&2 ..1/8 à G.. **TRIPLE D côté :** pas PD côté, pas PG ensemble, pas PD côté (10:30)  
 3&4 ..1/4 à D.. **TRIPLE G côté :** pas PG côté, pas PD ensemble, pas PG côté (1:30)  
 5-6 ..3/8 à D.. pas PD avant, ..1/2 à D.. pas PG arrière (12:00)  
 7-8 ..1/4 à D.. grand pas PD côté, glisse PG ensemble (3:00)

9-16 **CROSS, SIDE, SAILOR 1/4 L, CAMEL WALK HALF CIRCLE L**  
 1-2 CROSS PG devant PD, pas PD côté  
 3&4 **SAILOR 1/4 à G :** CROSS PG derrière PD, ..1/4 à G.. pas PD côté, pas PG avant (12:00)  
 5-6 ..1/8 à G.. pas PD avant POP genou G, ..1/8 à G.. pas PG avant POP genou D (9:00)  
 7-8 ..1/8 à G.. pas PD avant POP genou G, ..1/8 à G.. pas PG avant POP genou D (6:00)

17-24 **STEP TURN 1/2 L, TRIPLE FORWARD, SLOW STEP, 1/4 R ROCK STEP SIDE 1/4 L**  
 1-2 Pas PD avant, ..1/2 à G.. appui PG avant (12:00)  
 3&4 **TRIPLE D avant :** pas PD avant, pas PG ensemble, pas PD avant  
 5-6 Pas PG avant, HOLD<sup>2</sup>  
 7-8 ..1/4 à D.. ROCK STEP PD côté, ..1/4 à G.. revenir appui PG (12:00)

<sup>2</sup>option musical sur B impaire : CHEST POP « trying TO CATCH my breath »  
 B paire : BODY ROLL avant « dear LIFE »

25-32 **1/2 L BIG STEP BACK, COASTER STEP, JAZZ BOX**  
 1-2 ..1/2 à G.. grand pas PD arrière, glisse PG ensemble (6:00)  
 3&4 **COASTER STEP G :** pas PG arrière, pas PD ensemble, pas PG avant  
 5-6 **JAZZ BOX D :** CROSS PD devant PG, pas PG arrière,  
 7-8 Pas PD côté, pas PG avant

## TAG 1 : (12:00)

1-12 **SLOW STEP TURN, ROCKING CHAIR, SLOW STEP TURN**  
 1-2-3-4 Pas PD avant, HOLD, ..1/2 à G.. appui PG avant, HOLD (6:00)  
 5-6 **ROCKING CHAIR D :** ROCK STEP PD avant, revenir appui PG,  
 7-8 ROCK STEP PD arrière, revenir appui PG  
 1-2-3-4 Pas PD avant, HOLD, ..1/2 à G.. appui PG avant, HOLD (12:00)

## TAG 2 : (6:00)

1-4 **SLOW STEP TURN**  
 1-2-3-4 Pas PD avant, HOLD, ..1/2 à G.. appui PG avant, HOLD (12:00)

## FINAL : STOMP PD avant et lever bras en V (12:00)

Dédicace à « Lili » pour la musique !

Amusez-vous bien, bonne chance !! ©

Dear Life Lyrics

by High Valley

Dear Life, I hope you know  
I've loved you every mile down this road  
Had my share of hits and misses  
Tryin' to keep between the ditches  
Dear Life, I hope you know  
Dear Life, what's your plan  
Is where I'm suppose to be, right where I am  
If it is, then I'm not leavin'  
If it ain't, then I'll keep on dreamin'  
Dear Life, what's your plan  
Now you're flying by too fast  
I'm about to make you last  
I'm beggin' on you please, just slow down  
You're scaring me to death  
I'm tryin' to catch my breath  
Don't wanna let you go  
I'm hangin' on for dear life  
Oh oh dear life  
Hangin' on for dear life  
Oh oh dear life  
Dear Life, how's it look  
When you read the next few pages of my book  
Am I with the ones I love  
Down here or up above  
Dear Life, how's it look  
Now you're flying by too fast  
I'm about to make you last  
I'm beggin' on you please, just slow down  
You're scaring me to death  
I'm trying to catch my breath  
Don't wanna let you go  
I'm hangin' on for dear life  
Oh oh dear life  
Hangin' on for dear life  
Oh oh dear life  
I wanna leave my mark  
Love til it breaks my heart  
Live so loud that my forever  
Echoes in the dark  
I wanna leave my mark  
Love til it breaks my heart  
Live so loud that my forever  
Echoes in the dark  
You're flyin' by too fast  
I'm about to make you last  
I'm beggin' on you please, just slow down  
You're scaring me to death  
I'm tryin' to catch my breath  
Don't wanna let you go  
I'm hangin' on for dear life  
Oh oh dear life  
Hangin on for dear life  
Oh oh dear life

Chère vie

*Chère vie, j'espère que tu sais  
Je t'ai aimé chaque kilomètre sur cette route  
Ai eu ma part de coups et de ratés  
Essayant de rester entre les fossés  
Chère vie, j'espère que tu sais  
Chère vie, quel est ton plan  
Est-ce où je suis supposé être, juste là où je suis  
Si c'est le cas, je ne lâche pas  
Si ce n'est pas le cas, je continuerai à rêver  
Chère vie, quel est ton plan  
Maintenant tu voles trop vite  
Je suis sur le point de te faire durer  
Je t'en prie, s'il-te-plaît, ralentis juste  
Tu m'effraies à mort  
J'essaye de reprendre mon souffle  
Je ne veux pas te laisser partir  
Je suis accro de la vie chérie  
Oh oh chère vie  
accro de la vie chérie  
Oh oh chère vie  
Chère vie, comment ça va  
Lorsque tu lis les pages suivantes de mon livre  
Suis-je avec ceux que j'aime  
Ici ou là-haut  
Chère vie, comment ça va  
Maintenant tu voles trop vite  
Je suis sur le point de te faire durer  
Je t'en prie, s'il-te-plaît, ralentis juste  
Tu m'effraies à mort  
J'essaye de reprendre mon souffle  
Je ne veux pas te laisser partir  
Je suis accro de la vie chérie  
Oh oh chère vie  
accro de la vie chérie  
Oh oh chère vie  
Je veux laisser ma marque  
L'amour jusqu'à ce qu'il brise mon coeur  
Vivre si fort que mes éternels  
Echos dans le noir  
Je veux laisser ma marque  
L'amour jusqu'à ce qu'il brise mon coeur  
Vivre si fort que mes éternels  
Echos dans le noir  
Tu voles trop vite  
Je suis sur le point de te faire durer  
Je t'en prie, s'il-te-plaît, ralentis juste  
Tu m'effraies à mort  
J'essaye de reprendre mon souffle  
Je ne veux pas te laisser partir  
Je suis accro de la vie chérie  
Oh oh chère vie  
Hangin pour sa chère vie  
Oh oh chère vie*