

# Take a Life (fr)

**COPPER** **KNOB**  
BY STEPHENETS

Count: 32

Wall: 2

Level: Intermédiaire

Choreographer: Marianne Langagne (FR) - Avril 2026

Music: Take A Life - Cooper Alan



Intro: 16 Comptes + 2 ( Démarrer sur les paroles)

Séquence : 32 – Tag n° 1 – 32 – 32 – Tag n° 2 – 32 – 32 – 32 – 28 - Tag n° 1 / Restart – 32...Jusque la fin !!

## S1 VAUDEVILLE R & L, VAUDEVILLE ¼ TURN R, CROSS SHUFFLE

- 1 & 2 Croise PD devant PG, Recule PG, talon D devant
- & Ramène PD près PG
- 3 & 4 Croise PG devant PD, Recule PD, Talon G devant
- & Ramène PG près PD
- 5 & 6 Croise PD devant PG, Recule PG en ¼ de Tour à D (3 :00) , Talon D devant
- & Ramène PD près PG
- 7 & 8 Croise PG devant PD, PD à D, Croise PG devant PD

## S2 RUMBA BOX, COASTER STEP , FULL TURN

- 1 & 2 PD à D, PG près PD ( Appui PG) , Avance PD
- 3 & 4 PG à G, PD près PG (Appui PD), Recule PG
- 5 & 6 Recule PD, PG près PD, PD devant
- 7 – 8 ½ Tour à D – Recule PG , ½ Tour à D- PD devant ( Appui PD) ( 3 :00)

## S3 SHUFFLE FWD , ¼ TURN L SIDE ROCK CROSS, HINGE ½ TURN R CROSS SHUFFLE TO R

- 1 & 2 PG devant, PD près PG, PG devant
- 3 & 4 ¼ de Tour à G - PD à D, Revenir en appui PG, Croise PD devant (12 :00)
- 5 – 6 ¼ de Tour à D - PG derrière (3 :00), ¼ de Tour à D - PD à D (6 :00)
- 7 & 8 Croise PG devant, PD à D, Croise PG devant PD

## S4 ½ TURN R CROSS SHUFFLE TO L, ½ TURN L CROSS SHUFFLE TO R, ( R & L) SIDE - HOOK BACK , SIDE, SWIVEL TO CENTER

- 1 & 2 ½ Tour à D – Croise PD devant PG, PG à G, Croise PD devant PG (12 :00)
- 3 & 4 ½ Tour à G - Croise PG devant PD, PD à D , Croise PG devant PD (6 :00) – ICI ajouter TAG n°1 / RESTART (Face à 6 :00)
- 5 & PD à D, Croise PG derrière Jambe D
- 6 & PG à G , Croise PD derrière Jambe G
- 7 PD à D
- & 8 Glisse les Talons vers le centre, Glisse les pointes vers l'intérieur en basculant appui PG

**TAG n° 1 : (2 Comptes) Fin Mur 1 et durant le 7ème Mur puis Restart**

### HEEL SWITCHES

- 1 & 2 & Talon D devant & talon G devant , Ramène PG près PD

**TAG n° 2 : (6 Comptes) Fin Mur 3**

### HEEL SWITCHES, LARGE SLIDE BACK , COASTER STEP

- 1 & 2 & Talon D devant & Talon G devant , PG près PD
- 3 – 4 Grand Pas PD en arrière, Glisse PG près PD
- 5 & 6 Pose PG derrière, PD près PG, PG devant

**Dancez et Amusez-vous !!!!**

Contact : [eujeny\\_62@yahoo.fr](mailto:eujeny_62@yahoo.fr)

Website : [www.mariannelangagne.fr](http://www.mariannelangagne.fr)

---