

# Once In A Lifetime

32 count / 4 wall  
Beginner



Choreographie: Anna Korsgaard & Kirsthen Hansen

Jan. 2015

Musik: Once In A Lifetime (115 bpm) by Heartbeat

Intro: 16 counts

## RIGHT RUMBA BOX

- 1, 2 RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen (Gewicht auf LF)
- 3, 4 RF Schritt nach vorne, Warten
- 5, 6 LF Schritt nach links, RF an LF heransetzen (Gewicht auf RF)
- 7, 8 LF Schritt zurück, warten

## SLOW CHASSÉ ¼ TURN, HOLD, WALK FORWARD L-R-L, HOLD

- 1, 2 RF Schritt nach rechts, LF an RF heransetzen
- 3, 4 ¼ Drehung nach rechts, RF Schritt nach vorne, Warten
- 5, 6 LF Schritt vorwärts, RF Schritt vorwärts
- 7, 8 LF Schritt vorwärts, Warten

## ROCK FORWARD, BACK, HOLD, WALK BACK L-R-L, HOLD

- 1, 2 RF Schritt vorwärts, Gewicht zurück auf LF
- 3, 4 RF Schritt zurück, Warten
- 5, 6 LF Schritt zurück, RF Schritt zurück
- 7, 8 LF Schritt zurück, Warten

## SIDE, TOUCH R, SIDE, TOUCH L, SWAY R-L-R-L

- 1, 2 RF Schritt nach rechts, LF neben RF auftippen
- 3, 4 LF Schritt nach links, RF neben LF auftippen
- 5, 6 RF Schritt nach rechts und Hüfte nach rechts und links schwingen
- 7, 8 Hüfte nach rechts und links schwingen

**Tanz beginnt von vorne**

**Ending: Wand 12 (9 Uhr)**

Tanze bis Count 28 (Side touches), anschliessend ¼ Drehung nach rechts und mit RF einen Schritt vorwärts

**Viel Spass!**