

# Life Hits Hard (fr)

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

**Compte:** 36

**Mur:** 4

**Niveau:** Novice Facile



**Chorégraphe:** Véronique DAILLY (FR) & Marianne Langagne (FR) - 14 Avril 2026

**Musique:** Life Hits Hard When The Papers Came Down - CowboyRich Music

## 1 restart

**Introduction :** 16 comptes à compter des premiers accords ou 8 comptes après les battements de la batterie.  
**Chorégraphie écrite pour le workshop le 25 avril 2026 à l'occasion des 20 ans du club Two B country dancers (TBCD) de BOULOGNE SUR MER (62).**

## Section 1 : WALK R, WALK L, SHUFFLE FORWARD, ROCK STEP FORWARD, BACK L., BACK R.

1-2-3 & 4      avance PD, avance PG, PD devant, PG près du PG, PD devant

5-6-7-8      PG devant, revenir appui PD, recule PG, recule PD.

## Section 2 : BACK ROCK L., SHUFFLE FORWARD, STEP ¼ TURN L., STEP ¼ TURN L.

1-2-3 & 4      PG derrière, revenir appui PD, PG devant, PD près du PG, PG devant

5-6-7-8      PD devant, ¼ tour à G. (appui PG) 9 : 00, PD devant, ¼ tour à G (appui PG) 6 : 00

## Section 3: STEP , L POINT ( To Left – Fwd – To Left ) , STEP , TOUCH, KICK BALL CROSS

1 – 2 – 3 – 4      Avance PD, Touche Pointe G à G , Pointe Devant, Pointe à G

5 – 6 – 7 & 8      Avance PG, Touche PD à côté PG, Kick PD , Pose Ball D près PG, Croise PG devant PD

## Section 4 : SIDE ROCK, CROSS SHUFFLE, SIDE , ¼ TURN R SIDE , SHUFFLE FWD

1 – 2 -3 & 4      PD à D, Revenir en appui PG, Croise PD devant PG, PG à G, Croise PD devant PG

5 – 6- 7 & 8      PG à G, ¼ de Tour à D -PD à D (Appui D) 9:00 , PG devant, PD près PG, PG devant

**RESTART :** ici au 6ème mur (début 9 :00) restart à 6 :00

## Section 5 : ROCKING CHAIR

1 – 2 – 3 – 4      PD devant , Revenir en appui PG, PD derrière, Revenir en appui PG

## Final :

La danse se termine au « Kick Ball Cross » à 9h. Continuer avec ¼ de Tour à D- PD devant, PG derrière PD

Recommencer la danse avec le sourire.

Contact : [daillyveronique@yahoo.fr](mailto:daillyveronique@yahoo.fr)

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

Last Update: 22 Apr 2026