



Afterlife

Music: Ingrid Michaelson, CD: Lights Out (Bonus Track Version)
 Choreo: Sandra Pohlmann (sandra.pohlmann@googlemail.com)

Easy-Int
 97 bpm
 4:04

Sequence: **A B C D A B C D* E C D* C**
 wait 16 beats

Part A: (32)

Travelling Shoes DS H(w) S H(w) S H(w) S **turn 1/4 L on beat 1**
 L R L R L R L **move R on beat 2-4**
 &1 & 2 & 3 & 4

Triple DS DS DS RS **turn 1/4 L**
 R L R LR
 &1 &2 &3 &4

Turkey H(ots/w) FLP S(xib) DS RS
 L L R L RL
 1 & 2 &3 &4

Karate DS KK(turn 1/2 R) H DS KK UP/H
 R L R L R R L
 &1 & 2 &3 & 4

Repeat all above (opposite footwork & direction)

Part B: (16)

Samantha DS DS(xif) DR S(ib) DR S(ib) RS DS DS RS
 L R R L L R LR L R LR
 &1 &2 & 3 & 4 &5 &6 &7 &8

Jack & Jill DS DS DS DS DR S DR S DR S DR S **move fwd on beat 1-4**
 L R L R R L L R R L L R **move bw on beat 5-8**
 &1 &2 &3 &4 & 5 & 6 & 7 & 8

Part C: (32)

Vine 8 DS DS(xif) DS DS(xib) DS DS(xif) DS RS
 L R L R L R L RL
 &1 &2 &3 &4 &5 &6 &7 &8

Fancy Run DS DS(xif) BA(ots) BA(xib) BA(ots) S
 R L R L R L
 &1 &2 & 3 & 4

Fancy Double DS DS RS RS
 R L RL RL
 &1 &2 &3 &4

Repeat all above (opposite footwork)

Part D: (16)

Spinner DS DS R H(w) (turn 1/2 R) S
 L R L R L
 &1 &2 & 3 4

Stomp Double STO DS DS RS
 R L R LR
 1 &2 &3 &4

Repeat all above as written

Sequence: **A B C D A B C D* E C D* C**

Part D*: (32)

Spinner DS DS R H(w) (turn 1/2 R) S
 L R L R L
 &1 &2 & 3 4

Stomp Double STO DS DS RS
 R L R L
 1 &2 &3 &4

Cowboy DS DS DS BR UP/HL DS (xif) RS RS RS **move fwd on beat 1-3**
 L R L R R L R LR LR LR **move back on beat 6-8**
 &1 &2 &3 & 4 &5 &6 &7 &8

Repeat all above as written

Part E: (64)

Rocking Chair DS BR UP/H DS RS turn 1/4 L
 L R R L R LR
 &1 & 2 &3 &4

2 Dirty Toe DS (xif) SLR (fwd) UP/H
L&R L R R L
 &1 & 2

Repeat Rocking Chair & 2 Dirty Toes 3 times as written

2 Armcircle Do an armcircle with your left arm ccw for 8 beats
 Do an armcircle with your right arm cw for 8 beats

Grape Vine S(ots) S(xib) S(ots) TCH
 L R L R
 1 2 3 4

2 Step Touch S TCH(tog)
R&L R L
 1 2

Repeat Grape Vine & 2 Step Touches (opposite footwork)
