

# LEXIQUE DES PAS DE DANSE



<b>A</b>	
<b>Apple Jack</b>	Mouvement des pieds sur place. 1 Poids sur le talon G et sur la pointe D, tournez pointe G et talon D à gauche (Position en "V") & Ramenez pointe G et talon D au centre 2 Poids sur le talon D t sur la pointe G, tournez pointe D et talon G à droite (Position en "V") & Ramenez les pieds ensemble au centre
<b>Accross</b>	Croisé devant

<b>B</b>	
<b>Back</b>	Arrière
<b>Backward</b>	Vers l'arrière
<b>Behind</b>	Derrière
<b>Body Roll</b>	Mouvement circulaire du corps vers l'avant, l'arrière ou de côté
<b>Brush</b>	(1 temps) Brosser le sol avec le pied
<b>Bump</b>	Coup de Hanche
<b>Buttermilk</b>	Voir " Heel Split "

<b>C</b>	
<b>CW</b>	" Clockwise " - Dans le sens des aiguilles d'une montre (de gauche à droite)
<b>CCW</b>	" Counterclockwise " Dans le sens contraire des aiguilles d'une montre (de droite à gauche)
<b>Charleston</b>	(4 temps) Step G avant, Kick D avant, Step D arrière, Pointe G arrière <i>Peut se faire PD et PG</i>
<b>Clap</b>	Frapper dans les mains
<b>Coaster Step</b>	(1&2) Pied D arrière, Pied G à côté du pied droit, Pied D avant <i>Peut se faire PD et PG</i>

<b>D</b>	
<b>Drag</b>	Voir " Slide "

<b>F</b>	
<b>In Front</b>	Devant
<b>Forward</b>	En Avant

<b>G</b>	
<b>Grapevine</b>	(3 temps) Pied D à droite, Pied G croisé derrière le pied D, Pied D à droite <i>Peut se faire PD et PG</i>

<b>H</b>	
<b>Heel Ball Cross</b>	(1&2) Talon D avant, Ramenez pied D à côté du pied gauche, Croisé G devant le pied <i>Peut se faire PD et PG</i>
<b>Heel Ball Step</b>	(1&2) Talon D avant, Ramenez le pied D à côté du pied G en y déposant de poids, Déposez le poids sur le pied G <i>Peut se faire PD et PG</i>
<b>Heel Split</b>	(2 temps) Soulevez les talons en les écartant vers l'extérieur, Ramenez les talons au centre
<b>Heel Strut</b>	(2 temps) Déposez le talon en avant, Déposez la plante du pied au sol
<b>Hip Bump</b>	Balancement des hanches vers l'avant, vers l'arrière, de côté ou avec le partenaire
<b>Hitch</b>	Levez le genou
<b>Hold</b>	Pause
<b>Hook</b>	Croisez le pied D devant le tibia <i>Peut se faire PD et PG</i>

	
<b>Ilod</b>	" Inside Line Of Dance " Pour les danses de partenaire. Position face à l'intérieur du cercle, dos au mur.

	
<b>Jazzbox</b>	(4 temps) Croisez pied D devant le pied gauche, Pied G arrière, Pied D à droite, Pied G à côté du pied droit <i>Peut se faire PD et PG</i>
<b>Jump</b>	Saut sur les deux pieds (vers l'avant ou l'arrière)
<b>Jump Apart</b>	Saut écarté sur les deux pieds
<b>Jump Together</b>	Saut pour ramenez les deux pieds ensemble
<b>Jumping Jack</b>	(2 temps) Sautez en écartant les deux jambes, Sautez en ramenant les jambes ensemble <i>Peut se faire sur des demis temps</i>

	
<b>Kick</b>	Coup de pied avec PD <i>Peut se faire PD et PG</i>
<b>Kick Ball Change</b>	(1&2) Kick D vers l'avant, Ramenez le pied D à côté du pied G, Déposez le poids sur le pied G <i>Peut se faire PD et PG</i>
<b>Kick Ball Step</b>	(1&2) Kick D avant, Ramenez le pied D à coté du pied G, Pied D avant <i>Peut se faire PD et PG</i>
<b>Kick Ball Cross</b>	(1&2) Kick D vers l'avant, Ramenez le pied D à côté du pied G en y déposant le poids, Croisez le pied G devant le pied D en y déposant le poids <i>Peut se faire PD et PG et direction opposés</i>
<b>Kick Ball Turn</b>	(1&2) Kick D avant, Ramenez pied D à côté du pied G en y déposant le poids, Pied D 1/4 de tour vers la gauche <i>Peut se faire PD et PG et direction opposés</i>

	
<b>Lock</b>	Croisez un pied derrière l'autre. Se mouvement se fait en se déplaçant vers l'avant ou l'arrière

<b>M</b>	
<b>Military Turn</b>	(2 temps) Step D avant, Pivotez 1/4 tour vers la gauche en y déposant le poids sur le pied gauche <i>Peut se faire PD et PG et direction opposés</i>
<b>Military Pivot</b>	(2 temps) Step D avant, Pivotez 1/2 tour vers la gauche en y déposant le poids sur le pied gauche <i>Peut se faire PD et PG et direction opposés</i>
<b>Monterey Turn</b>	(4 temps) Rotation de 1/2 tour vers l'arrière Pointe D à droite, Pivotez 1/2 tour vers la droite sur le pied G en ramenant le pied D près de gauche et en y déposant le poids, Pointe G à gauche, Ramenez pied G à côté de droit <i>Peut se faire PD et PG et direction opposés</i>

<b>O</b>	
<b>Olod</b>	" Outside Line Of Dance " Pour les danses de partenaire. Position face à l'extérieur du cercle, dos au centre

<b>R</b>	
<b>Rlod</b>	" rear Line Of Dance " Pour les danses de partenaire. Position dos à la ligne de danse
<b>Rock Step</b>	(2 temps) Transfert de poids d'une jambe à l'autre (vers l'avant, l'arrière ou côté) Déposez le pied G en avant. Sans bouger les pieds, Ramenez le poids sur le pied D Le " Side Rock" est un rock step vers le côté <i>Peut se faire PD et PG</i>
<b>Rock &amp; Step</b>	(1&2) Pied D à droite, Ramenez le poids sur le pied G, Pied D à côté du pied gauche <i>Peut se faire PD et PG</i>
<b>Rock &amp; Cross</b>	(1&2) Pied D à droite, Ramenez le poids sur le pied G, Piedt D croisé devant le pied gauche <i>Peut se faire PD et PG</i>

<b>S</b>	
<b>Sailor</b>	(1&2) Pied D croisé derrière le pied G, Pied G à gauche, Pied D à droite

	<i>Peut se faire des pieds opposés</i>
<b>Scissor</b>	(2 temps) Lever sur les talons, écarter les pointes vers l'extérieur, et revenir en position initiale
<b>Scoot</b>	(1 temps) Glissement du pied sur lequel se trouve le poids du corps vers l'avant, l'arrière ou le côté
<b>Scotch</b>	(1 temps) Saut des 2 pieds en même temps
<b>Scuff</b>	(1 temps) Brosser le sol avec le talon. Voir Brush.
<b>Shuffle</b>	(1&2) Cha-cha-cha. Exemple : Pied D avant, Glissez le pied G à côté du pied D, Pied D avant . <i>Peut se faire PD et PG, en avant, en arrière ou de côté</i>
<b>Side Rock</b>	(2 temps) Même que Rock Step mais de côté. Pied D à droite, Ramenez le poids sur le pied G <i>Peut se faire PD et PG</i>
<b>Slap</b>	(1 temps) Frapper le talon avec la main opposée
<b>Slide</b>	Glissez
<b>Step Turn</b>	(2 temps) Step D avant, Pivoter 1/4 ou 1/2 tour <i>Peut se faire PD et PG</i>
<b>Snap</b>	(1 temps) Claquez des doigts
<b>Stamp</b>	(1 temps) Lorsque le pied est relevé, frappez le plancher avec la plante du pied et relevez sans déposer de poids
<b>Stomp</b>	(1 temps) Frapper le pied sans y déposer le poids.
<b>Swivel</b>	En gardant les pieds ensemble, tournez les talons vers la droite ou la gauche puis les pointes

	
<b>Tap</b>	(1 temps) Déposez la plante du pied en gardant le poids sur le pied opposé.
<b>Toe Fan</b>	(2 temps) En gardant les pieds ensemble, ouvrez la pointe D à droite et ramenez la pointe ensemble. <i>Peut se faire PD et PG</i>
<b>Toe Split</b>	(2 temps) En gardant les pieds ensemble, ouvrez les deux pointes et ramenez les pointes ensemble.
<b>Touch</b>	1 temps) Déposez la pointe ou le talon au sol en gardant le poids sur le pied opposé
<b>Triple Step</b>	(1&2) En demeurant sur place, faites trois pas GDG ou DGD <i>Peut se faire PD et PG</i>



**Vine**

Voir Grapevine