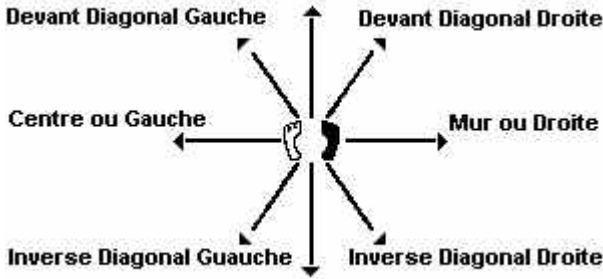


Les termes indiquant le choix préféré sont soulignés

ACROSS	Mouvement croisant la ligne de danse ou mouvement d'une jambe croisée devant l'autre...
ALIGNMENT	<p>Position du corps en relation avec la ligne de danse</p> <p>ALIGNEMENT DU PLANCHER - FLOOR ALIGNMENT</p> <p>Devant de Ligne de Danse (LOD)</p>  <p>Inverse de Ligne de Danse (RLOD)</p>
<u>AMALGAMATIONS</u> ou <u>CLUSTERS</u> ou <u>COMBINATIONS</u>	Groupe ou séquence de figures de danse ou de configurations
AND	<p>1 Moitié d'un compte rapide (& 1 or 1 &)</p> <p>2 Se dit comme "prêt et"</p> <p>3 Indique une action simultanée</p> <p>Note: Dans les descriptions de pas, le mot "et" signifie actions simultanées, tandis que le symbole "&" indique un mouvement sur la demi d'une mesure de musique.</p>
APART	<p>1 Mouvement éloigné du partenaire ou d'un pied éloigné de l'autre.</p> <p>2 Mouvement des pieds, écartés l'un de l'autre (2ème position).</p>
APPLE JACK	<p>Mouvement des pieds sur place</p> <p>1 Poids sur le talon G et sur la pointe D, tournez (Position en "V ") & Ramenez pointe G et talon D au centre</p> <p>2 Poids sur le talon D sur la pointe G, tournez pointe D et talon G à droite (Position en "V") & Ramenez les pieds ensemble au centre</p>
ARRÊT	1 ^{er} pas exécuté dans une direction, 2 ^{ème} pas sur place
ARRET CUBAIN	1 ^{er} pas exécuté dans une direction, 2 ^{ème} pas sur place, 3 ^{ème} assemblé
BACK	Arrière
BACKWARD	Vers l'arrière
BALANCESTEP	Un pas dans une direction, suivi par une fermeture (CLOSE) (sans poids) et d'une pause (HOLD)
BATTEMENT	Lever d'une jambe allongée
BEHIND	Un pas du pied libre de poids, croisé derrière le pied supportant le poids
BODY MOVEMENTS	<p>GESTURE : Tout mouvement non lié à supporter le poids du corps</p> <p>STEP : Le transfert du poids d'un pied à un autre</p> <p>LOCOMOTION : Mouvement du corps d'un endroit à un autre</p> <p>JUMPING : Mouvement sans point de support</p> <p>TURNING : Changement de position dans une figure circulaire</p> <p>ROLL : Mouvement circulaire du. corps vers l'avant, l'arrière ou de côté</p>
BOOGIE	La hanche libre de poids se soulève et se déplace en mouvement circulaire dans la direction du pied supportant le poids

BOOGIE ROLL	<p>1 : Semblable au mouvement cubain (Cuban Motion), en utilisant un mouvement vers l'avant et en arrière du bassin</p> <p>2 : Un mouvement circulaire commençant dans la région du bassin, se déplaçant par le diaphragme, le coffre et les épaules</p>
BOOGIE WALK	Déplacez la jambe libre de poids en soulevant la hanche et en progression avant
BREAK	<p>1 Un changement inverse de direction</p> <p>2 Voir Rhythm Break</p>
BRUSH ou SCUFF	Balayer ou érailler le talon contre le plancher
BUMP	Les danseurs frappent leurs hanches de côté ou aux fesses de leurs partenaires
BUTTERMILK	Voir" Heel Split"
CENTER	<p>Individuel : équilibrez le point de la masse du corps située près du diaphragme</p> <p>Couples : point central entre les partenaires</p>
CHARLESTON ou Black Bottom ou Montana Kick	<p>Une configuration de 4 comptes, de pas et de coups de pied (Kelly Gillette ainsi que le NTA) préconise que le Charleston DOIT débuter avec le pied gauche</p> <p>Pied gauche devant</p> <p>Coup de pied droit devant</p> <p>Pied droit derrière</p> <p>Pointe du pied gauche derrière (Ils ont raison, mais quand il débute sur le pied droit, nous le spécifions)</p>
CHAINÉ	Un tour de 360 degré, les pieds ensemble dans la première position, en transférant le poids
CHASE	Une figure ou un partenaire poursuit l'autre
CHASSE CROISE	Ensemble de pas consécutifs qui consistent à croisé le pied devant ou derrière l'autre pied, en glissant la plante sur le plancher, terminant le talon à la plante
CISEAU	Après avoir dirigé le 1 ^{er} pas de côté ou en avant, mouvement pivotant du pied supporteur provoqué par le second pas lorsqu'il passe en le touchant pour se diriger croisé ou avant ce 1 ^{er} pas, avec angle de tour
CLAP	Frapper dans les mains
CLICK DOROTHY	<p>1 : Frapper les talons ensemble & frapper les talons ensemble</p> <p>2 : Déposer les talons au sol</p> <p>3 : 2 click sur un temps</p>
CLOSE	Réunir les pieds ensemble sans transfert de poids
COASTER STEP	<p>1 Step D arrière & Step G à côté du pied droit</p> <p>2 Step D avant. Peut se faire des pieds opposés</p>
CONTINUE	Mouvement continu qui tourne à gauche ou à droite dans une série de trois pas minimum, aucun n'étant assemblé
COUNT	Un terme utilisé pour compter le rythme des mouvements de pied et des transferts de poids, ou encore pour compter les mesures de musique
CONTRA BODY MOVEMENT (CBM)	Un mouvement du corps "dans ou de" la 3 ^{ème} ou 5 ^{ème} position d'utilisation des pieds, en tournant la hanche opposé et l'épaule "autour et en" direction de la jambe en action
CROCHET	Action de plier le genou en relevant le pied, croisé la jambe devant ou derrière l'autre de façon à toucher l'autre jambe
CUBAN MOTION	Mouvement de la hanche lancé en utilisant le bord et la plante intérieur du pied, pendant le transfert de poids

CUCCARACHA	Répéter un même mouvement sur place en conservant les pieds au sol, tout en produisant un déhanchement
CUP AND PIN	L'homme tient de sa main gauche (avec la paume à l'intérieur) les doigts de sa partenaire avec le pouce au-dessus. La partenaire courbe les bouts des doigts de sa main droite par-dessus les doigts de la main gauche de l'homme. Les mains sont tenues approximativement au niveau de la taille de la partenaire. Une bonne tension est nécessaire pour effectuer plusieurs changements de positions et de tours
CW	"Clockwise" dans le sens des aiguilles d'une montre (de gauche à droite)
CCW	"Counterclockwise" dans le sens contraire des aiguilles d'une montre (de droite à gauche)
DEBOULE	Déplacement rotatif sur trois pas en ligne droite, généralement 1/4-1/4-1/2
DEVELOPPE	Élévation et flexion du genou suivies d'une extension de la jambe, le pied pointant dans une direction
DEVISSER	Croisé le pied devant ou derrière l'autre pied en tournant un 1/2 tour pour décroiser
DIAGONAL	45 degrés à l'extérieur du centre de ligne de danse (direction)
DIG	Toucher avec la plante ou le talon du pied libre de poids le plancher avec un bon impact
DRAW ou DRAG ou SLIDE	Réunir le pied libre lentement vers le pied supportant le poids
DROITE	Références au pied droit, main, hanche ou à la direction
EXTENSION	Étirer ou étendre une ou des parties du corps
FAN	Mouvement circulaire du pied libre de poids
TOEFAN	La pointe du pied tourne à l'extérieur, en pivotant sur le talon et retour au centre
HEELFAN	Le talon tourne à l'extérieur, en pivotant sur la pointe du pied et retour au centre
FAN KICK	Coup de pied élevé avec la jambe en extension et dans un mouvement comme un coup de balai circulaire
FLEX	Mouvement pour se déplier légèrement ou détendre une partie du corps <i>Exemple : déplier (FLEX) le genou</i>
FLICK	Coup de pied pointé et rapide vers l'arrière avec la pointe du pied et le genou déplié
UTILISATION DES PIEDS - FOOTWORK	L'utilisation des cinq positions des pieds en dansant PREMIÈRE POSITION : les pieds ensemble, les pointes de pied devant et légèrement tournées vers l'extérieur. TERMES Home, Center, Together DEUXIÈME POSITION : les pieds en parallèle, largeur des épaules TROISIÈME POSITION : talon vers l'intérieur du pied, ou poids sur le talon Utilisé en rock steps, shuffles, polkas, triple steps et basic swing EN EXTENSION : Pieds écartés, talon pointant vers l'intérieur du pied QUATRIÈME POSITION : pas de marche (Walking step), devant ou derrière et rock step Cinquième POSITION : talon vers la pointe du pied souvent utilisé pour le rock step

PARTIES DES PIEDS FOOT PARTS	Pointe du pied (Toe) Bord intérieur de la pointe du pied (Inside edge of toe) Bord extérieur de la pointe du pied (Outside edge of toe) Plante du pied (Ball) Bord intérieur de la plante du pied (Inside edge of the ball) Bord extérieur de la plante du pied (Outside edge of the ball) Talon (Heel) Bord intérieur du talon (Inside edge of heel) Bord extérieur du talon (Outside edge of heel) Pied à plat (Flat) Bord intérieur du pied à plat (Inside edge of the flat foot) Bord extérieur du pied à plat (Outside edge of the flat foot)
FOLLOW THROUGH	Le pied libre de poids devient le pied supportant le poids avant de changer de direction
FOOT / HEEL TOUCHES (Toucher du pied ou talon)	Ensemble de pas suivi avec un temps ou demi-temps (temps &) Pointer le pied ou le talon en avant, de côté ou en diagonale et revenir sur le pied de départ
FORWARD	Avant
FRAME	Posture de danse afin de garder l'équilibre et une belle apparence
FREEZE	Un arrêt, sans mouvement
GALLOPSTEP	Répétition de pas exécutés en sautant légèrement
GAUCHE	Références au pied gauche, main, hanche ou à la direction
GRAPEVINE ou <u>VINE</u>	Une figure d'un déplacement continue de côté, avec un croisé derrière et terminé par un touché de la pointe du pied
HEEL BALL CROSS	1 Talon D avant & Ramenez pied D à côté du pied gauche 2 Croisé G devant le pied. Peut se faire des pieds opposés
HEEL BALL STEP	1 Talon D avant & Ramenez le pied D à côté du pied gauche en déposant de poids 2 Déposez le poids sur le pied G
<u>HEEL SPLIT</u> ou <u>WING SCISSORS, BUTTERFLIES</u>	Les pieds ensembles avec le poids sur la plante des 2 pieds, écartés les talons chaque côtés sur le compte 1 et retour ensemble sur le compte 2 <i>FAST HEEL SPLIT</i> prend une mesure de musique et est compté comme "& 1"
HESITATION	Retenir le pas, avec ou sans arrêt du mouvement
<u>KNEE POPS</u> ou <u>HEEL STOMPS</u>	Relevez les 2 talons du sol en pliant les genoux, retour des talons sur le sol. Prend une mesure de musique et est compté comme "& 1"
HIP BUMP	Balancement des hanches vers l'avant, vers l'arrière, de côté ou avec le partenaire
HITCH	Levez le genou libre de poids en ayant le poids sur l'autre pied
HOLD	Un compte pour décrire un temps mort avant de faire un autre pas
HOME	L'endroit initial de départ
HOP	Sautez dans les airs sur un pied et atterrir sur le même pied
HOOK ou CROSS	Le pied libre de poids se déplace comme une pendule devant ou derrière Le pied supportant le poids demeure au sol La pointe du pied pointant vers le bas est croisée devant ou derrière le genou

HOOK COMBINATION	Un mouvement en 4 comptes en utilisant (1) talon (2) hook (3) talon et (4) together
ILOD	" Inside Line Of Dance" . Pour les danses de partenaire Position face à l'intérieur du cercle, dos au mur
ISOLATION	Mouvement d'une partie du corps individuellement du reste du corps
BOX ou JAZZ SQUARE	Pied gauche devant Pied droit croisé devant le pied gauche Pied gauche derrière Pied droit à droite ou Pied droit croisé devant le pied gauche Pied gauche derrière Pied droit à droite Pied gauche devant
JUMP	Saut dans les airs des deux pieds et retour au sol les 2 pieds en même temps
JUMP APART	Saut écarté sur les deux pieds
JUMP TOGETHER	Saut pour ramenez les deux pieds ensemble
JUMPING JACK	1 Sautez en écartant les deux jambes 2 Sautez de nouveau en croisant les jambes 3 Finir en effectuant 1/2 tour ou 1/4 de tour
KICK	Coup de pied
KICK BALL CHANGE	1 Kick D vers l'avant & Ramenez le pied D au centre pour y déposer le poids 2 Déposez le poids sur le pied G Peut se faire sur les pieds opposés
KICK BALL CROSS	1 Kick D vers l'avant & Ramenez le pied D au centre en y déposant le poids 2 Croisez le pied G devant le pied droit en y déposant le poids Peut se faire sur les pieds et direction opposés
KICK BALL TURN	1 Kick D avant & Ramenez pied D à côté du pied gauche en y déposant le poids 2 Step 1/4 de tour vers la gauche. Peut se faire sur les pieds et direction opposés Kick
KICK ELECTRIQUE	double - 8 pas sur 4 temps. Pieds ensemble, genoux légèrement pliés 1 : Pas du pied droit derrière et en même temps, lever le pied gauche & pas du pied gauche devant et en même temps, lever le pied droit 2 : Pas du pied droit devant et en même temps, lever le pied gauche & pas du pied gauche derrière et en même temps; lever le pied droit répéter la séquence Pas de Hip Hop
KICK ARRIERE	Flexion du genou suivi d'une extension rapide de la jambe vers l'arrière, le pied pointant dans une direction
LEAD	Une communication non-verbale qui débute et qui continue un mouvement
LEAP	Un transfert de poids d'un pied à un autre, exécuté avec un saut et atterrir sur la plante de l'autre pied, en laissant le talon redescendre. Pliez le genou pour absorber le choc
LEFT	Références au pied gauche, main, hanche ou à la direction
LOCK	Un croisé serré des pieds l'un derrière l'autre, dans la 1 ^{ère} ou 2 ^{ème} position
LOCK STEP	Sur une figure consistant de 1 & 2, sur le & le mollet d'une jambe touche à l'autre jambe

LOD - LINE OF DANCE	Sens contraire des aiguilles d'une montre autour de la piste de danse
LOOPTURN	Un tour en-dessous du bras à gauche pour la partenaire et à droite pour l'homme
LUNGE	Un transfert de poids en pliant le genou et en étirant l'autre jambe
MARCHE	Succession de pas avec transfert de poids
MAXIXE (cajun)	Série de pas toujours syncopés, qui se compte généralement &1 &2 &3 &4 Il peut s'exécuter sur place ou de côté Exemple: & talon Gauche avant, 1 ^{er} pied Droit glisse légèrement en avant avec poids & plante Gauche arrière, 2 ^{ème} pied Droit légèrement en avant.
MILITARY TURN	1 Step D avant 2 Pivotez 1/4 tour vers la gauche en y déposant le poids sur le pied gauche Peut se faire sur les pieds et direction opposés
MILITARY PIVOT	1 Step D avant 2 Pivotez 1/2 tour vers la gauche en y déposant le poids sur le pied gauche Peut se faire sur les pieds et direction opposés
MONTERY TURN	Rotation de 1/2 tour vers l'arrière 1 Pointe D à droite 2 Pivotez 1/2 tour vers la droite sur le pied G en ramenant le pied D près de gauche en y déposant le poids 3 Pointe G à gauche 4 Ramenez pied G à côté de droit Peut se faire sur les pieds et direction opposés
MULE ou PIED MATELOT	3 pas sur 2 temps, pieds légèrement écartés et genoux légèrement pliés 1 : croiser le pied droit derrière le gauche & faire un pas du pied gauche à gauche 2 : Pousser sur le pied gauche et amener le pied droit à droite
OLOD	"Outside Line Of Dance". Pour les danses de partenaire Position face à l'extérieur du cercle, dos au centre
PIGEON TOE	Une figure d'un déplacement de chaque côté de la pointe du pied, amenez la pointe des 2 pieds ensemble en écartant les talons, et amenez les talons ensemble en écartant la pointe des 2 pieds
PAULISTA	Série de trois pas qui s'exécute vers l'avant et qui consiste au déplacement d'un pied avec transfert rapide sur la plante du pied opposé, de côté légèrement arrière et déposés le poids sur le pied de départ sur place
PENDULE	Série de deux pas minimum, produisant un mouvement arrière et avant du corps, avec extension des jambes au 1 ^{er} temps (talon à plat) et flexion du genou au 2 ^{ème} temps, 1e pied est assemblé en croisé arrière ou en 3 ^{ème} ou en 5 ^{ème} position
PIQUE TALON	Déposer le talon au sol sans poids Pirouette : Déplacement d'un pied en avant, faire 1/2 tour et transférer le poids sur l'autre pied sur place
PIVOT	Un tour en se déplaçant, exécuté avec les cuisses verrouillées et les pieds écartés dans la 5 ^{ème} position en extension
PIVOT ou PIVOT MILITAIRE	Pieds ensemble et légèrement pliés 1 : Faire un pas devant avec le pied gauche 2 : Poids sur la pointe des deux pieds, pivoter vers la gauche jusqu'à faire face au mur requis Pivot vers la gauche décrit, pour le pivot vers la droite, inverser les pas
POINTE	Toucher le sol du bout du pied sans pesanteur
PREP	Un mouvement ou un pas de départ utilisé comme préparation pour un tour ou pour un changement de position dans la danse
QUICK	Un pas ou un transfert de poids qui prend une mesure de musique

RESISTANCE	Une force équilibrée et de contre-force entre <i>deux</i> corps
	<i>MUSIQUE</i> : Flot périodique de sons lourds et légers. <i>DANSE</i> : Flot périodique de pas et de mouvements de corps
RLOD	"Rear Line Of Dance" : pour les danses de partenaire. Position dos à la ligne de danse
RHYTHM BREAK	Pour garder le rythme normal de la séquence de la danse
RIGHT	Références au pied droit, main, hanche ou à la direction
RISE AND FALL	Monter sur le bout des pieds en collant les chevilles, en étirant la colonne vertébrale et en laissant retomber les talons
BODY RISE	Le corps monte en collant les muscles des cuisses et en étirant la colonne vertébrale et revient détendu à la position initiale
ROC STEP (2 temps)	Transfert de poids d'une jambe à l'autre (vers l'avant, l'arrière ou côté) Exemple: Avancer sur G, sans bouger les pieds transférez le poids sur le pied D Le " Side Rock " est un rock step vers le côté
ROLL	La partie du corps spécifiée tourne à gauche ou à droite
ROND DE JAMBE	Exécuter un mouvement circulaire, avec la jambe allongée et le pied pointé
ROUND DANCE	Tous les types de danses social sont appelés "round dances" Aujourd'hui le "round dance" fait référence aux couples ou groupes de trois et plus, qui exécutent une routine de danse dans le sens (ou contraire) des aiguilles d'une montre autour de la piste de danse
RUADE	Glisser et relever le pied vers l'arrière avec flexion du genou du pied danseur
SAILOR STEP	Une figure de "triple step" exécutée avec une inclinaison dans la direction opposée du pied qui est croisé (le poids demeure centré au dessus du pied initial de départ.) <i>exemple</i> : Inclinaison vers la gauche (1) Pied gauche croisé derrière le pied droit (&) Pied droit à droite (2) Pied gauche à gauche (vers la position initiale)
SAUT VADEVILLE	4 pas sur 2 temps Position: talon gauche devant en diagonale & déposer la pointe du pied gauche derrière le pied droit 1. croiser le pied droit devant le pied gauche & faire un pas du pied gauche à gauche 2. Placer le talon droit devant en diagonale Pour le saut vers la droite, inverser les pas
SCISSOR (2 temps)	Se lever sur les talons, écarter les pointes vers l'extérieur, et revenir en position initiale
SCOOT ou SKIP	(NTA) Glisser le pied supportant le poids devant, derrière ou de côté (MOI) Une levée du genou (hitch) avec un mouvement du pied supportant le poids
SCOOTCH	Semblable au scoot, cependant les deux pieds sont levés simultanément du sol et sont reposer au sol en même temps
SHUFFLE	Un triple step similaire à un Polka step sans aucune levée (dit le NTA) <i>exemple</i> : <i>SHUFFLE FORWARD LEFT</i> 1 Pied gauche devant & Rejoindre du pied droit le pied gauche à la hauteur du talon gauche 2 Pied gauche devant Note : D'un point de vue technique, Un shuffle doit être relaxe, sur une "polka" il doit avoir un rebond, et sur un "cha-cha" il doit avoir une "Cuban Motion". Ceci peut ne pas concerné ou très peu les danseurs "social" particulièrement les débutants.
SHIMMY	Mouvements alternés des épaules devant et derrière

SIDE ROCK	voir rock step
SLAP LEATHER	Talon en avant, balancer ce talon en passant devant ou derrière le genou opposé (sans le toucher); frapper le talon de la botte avec la main opposée. Ramener ce même talon en avant en touchant le plancher
SLIDE	Un mouvement dans plusieurs direction Pas sur un pied en glissant (draw ou slide) l'autre pied à la hauteur du pied supportant le poids
SLOW	Un pas ou transfert de poids qui prends deux mesures de musique
SNAP	Claquer des doigts
SPLIT	Les pieds bougent en écartant avec le poids réparti également sur les 2 pieds
SPOT	Un pas sur place sans progression dans une direction
SPOTTING	Visualiser un point fixe en exécutant un tour
STEPS-PAS	<p><i>WALKING</i> : en marchant <i>SLOW</i> : habituellement prend deux mesures de musique <i>RUNNING</i> : en courant <i>QUICK</i> : moitié de slow, prend une mesure de musique <i>SLIDE</i> : en glissant, gauche ou droite. Peut être exécuté sur un compte Rapide ou Lent <i>PIVOT</i> : en pivotant. Un mouvement des pieds, en tournant sur la plante ou les plantes de pied <i>BALANCE</i> : en balançant. Un pas (step), rassembler (together), pause (hold) <i>STEP IN PLACE</i> : pas sur place. Ramener le pied et le ramener au même endroit <i>STEP TURN</i> : sur 2 temps = pivot turn D ou G <i>exemple</i> : avancer D, transférer le poids sur D, pivoter d' 1/2 tour vers la gauche et transférer le poids sur G</p>
STAMP	Lorsque le pied est relevé, frapper le plancher avec la plante du pied et relever sans déposer le poids
STEP	Un transfert de poids d'un pied à l'autre
STOMP UP	Taper du pied, sans passer le poids du corps
STROLL	Un pas devant en diagonal suivi d'un pied croisé derrière (lock) et d'un autre pas devant
STRUT-DUCKWALK	Avancer devant, déposez le talon suivi de la plante du pied sur le sol pour les comptes 1, 2 <i>HEEL STRUTS</i> : poser le talon puis la pointe (changement de poids sur 2) <i>TOE STRUTS</i> : poser la pointe puis le talon (changement de poids sur 2)
SPIRALE	C'est une voltige exécutée avec un angle de tour. On doit assembler les pieds au 3 ^{ème} pas
SUGAR FOOT	Pivot des pieds alternés dans la direction du pied ne supportant pas le poids Exécuter sur place ou en déplacement
SWAY	Une inclinaison de la poitrine de côté, sans abaisser le torse. Étirer, de côté vers le haut
SWING	Le pied libre de poids est levé et déplacé devant, vers l'arrière, de côté ou en croisé
SWIVEL	Rotation des hanches du (des) talons ou de la (des) pointe en isolant le haut du corps qui ne bouge pas
SYNCOPATED PATTERN	N'importe quelle variation dans une figure prédéfinie de danse
SYNCOPATED RHYTHM	Effectuer un pas entre deux mesures Toute configuration de rythme qui utilise des mesures autres que les mesures basses
SYNCOPATED SPLITS	Les pieds s'écartent l'un après l'autre et reviennent à leur position initial. Comptant comme" & 1, & 2"

TURN, TYPES OF TURNS	<p>FREE TURN : Un tour exécuté individuellement sans contact de corps</p> <p>CHAINE : Un tour avec les pieds ensemble dans la 1^{ère} position avec un transfert de poids</p> <p>3 STEP TURN ou CONGA : Un tour de 360° dans la 2^{ème} position de danse, demandant trois transferts de poids et terminant avec un touché de la pointe du pied (touch) ou (point)</p> <p>Souvent appelé "turning ou rolling vine", de son usage commun comme variation dans le domaine de la danse.</p> <p>PADDLE TURN : Un tour à gauche ou à droite, en utilisant une série de transfert de poids sur la plante du pied. (ball of changes) avec les 3/4 du poids du corps demeurant au dessus du pied qui pivote</p> <p>PIVOT : un tour de 180 degré qui demande deux transferts de poids pour être complet. Exécuter en extension dans la 3^{ème} ou 4^{ème} position de danse, avec les cuisses croisées.</p> <p>TRAVELING PIVOTS : pivots dansés devant (LOD) en extension dans la 5^{ème} position.</p> <p>PIVOT TURN ou MILITARY TURN ou BREAK TURN : transfert de poids sur le pied avant en effectuant un tour de 180° dans la direction opposée au pied avant. Retour du poids sur le pied initial.</p> <p>SPIN : un tour de 360° sur un pied.</p> <p>TWIRL : un terme de "square dance" pour faire tourner la partenaire.</p>
TIN MAN	Pas avant sur le pied droit, pivoter 1/4 tour vers la gauche sur le pied gauche. Ce pas est aussi exécuté du côté opposé
TOE TOUCHES	Toucher le bout du pied (orteils) dans la direction indiquée
TOUPIE	Rotation de plus d'1/2 tour
TRIANGLE	Voir Jazz Box
TWIST	Voir Swivel
VARIATIONS	Tout mouvement d'utilisation des pieds (footwork) qui est différent de l'utilisation des pieds (footwork) initiale Note personnelle : si vous changez le compte ou le flot de pas dans la danse, ce n'est pas une variation
WEIGHT CHANGES	<p>BALL CHANGE : un transfert de poids sur la plante du pied vers l'autre pied</p> <p>CROSS : passer un pied par-dessus l'autre, ou encore croisé devant ou derrière.</p> <p>KICK, BALL, CHANGE : peut aussi être exécuté en Heel (Talon), Ball (plante), Change (transfert)</p> <p>ex : 1 Coup de pied droit devant & Déposez le pied sur la plante du pied droit</p> <p>2 Transférer le poids sur le pied gauche.</p> <p>IN PLACE, RECOVER : retour du poids sur le pied initial (qui supportait le poids)</p> <p>ROCK : deux transferts de poids avec les pieds écartés, exécutés dans n'importe quelle direction</p> <p>SWITCH : transfert de poids d'un pied à l'autre, en exécutant rapidement un mouvement de glisse</p> <p>TOGETHER : Retourner les pieds ensemble avec un transfert de poids.</p> <p>VINE - GRAPEVINE (4 temps) : Déplacement latéral vers la droite ou la gauche.</p> <p>ex :</p> <p>D à dr, G croisé derrière ou devant D (5^{ème} position), D à D, le 4^{ème} temps est variable (hitch, stomp, kick)</p> <p>VOLTIGE :</p> <p>1^{er} avancer un pied en ligne droite</p> <p>2^{ème} l'autre pied de côté</p> <p>3^{ème} transférer le poids sur l'autre pied, sur place, avec degré de tour.</p> <p>VOLTIGE PIVOTEE :</p> <p>1^{er} avancer un pied en ligne en pivotant 1/4 de tour.</p> <p>2^{ème} l'autre pied de côté en pivotant 1/4 de tour</p> <p>3^{ème} sur place.</p>
WEAVE	Une figure d'un déplacement continu de côté avec des croisements derrière et devant
WEIGHTED LEG / FOOT ou SUPPORT LEG / FOOT	Le pied/jambe supportant le poids du corps Le pied sur lequel vous vous tenez
ZIGZAG	Action de la plante du pied pour changer la direction du pied qui suit le mouvement S'exécute sur la plante du pied