



Somewhere Country

VILLEMER

- *Lexique des pas
Fédération française de danse
Country et Line*
- *Définition des termes les plus utilisés
en danse country*

COUNTRY & LINE



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
DE DANSE

TERMINOLOGIE

LEXIQUE DES PAS

Version 2016 / 2017

PREAMBULE

Ce lexique rassemble les termes énonçant le descriptif des pas les plus utilisés en danse country & line.

Véritable complément des cours, il n'est qu'un répertoire de « vocabulaire » destiné aux enseignants et aux danseurs.

Tout au long du lexique, vous trouverez des pastilles de couleur devant les termes. Elles sont en lien avec le Passeport de la Danse mis en place et servent de repères par rapport à ce passeport. (*Explications sur l'annexe 2 à la fin du livret*)

Nous vous rappelons également que des référents sont à votre écoute et peuvent vous apporter des compléments. Vous trouverez sur le site de la FFDanse la « Liste des référents techniques en région ».

Enfin, ce lexique évolue et sera mis à jour en fonction des évolutions de la danse.

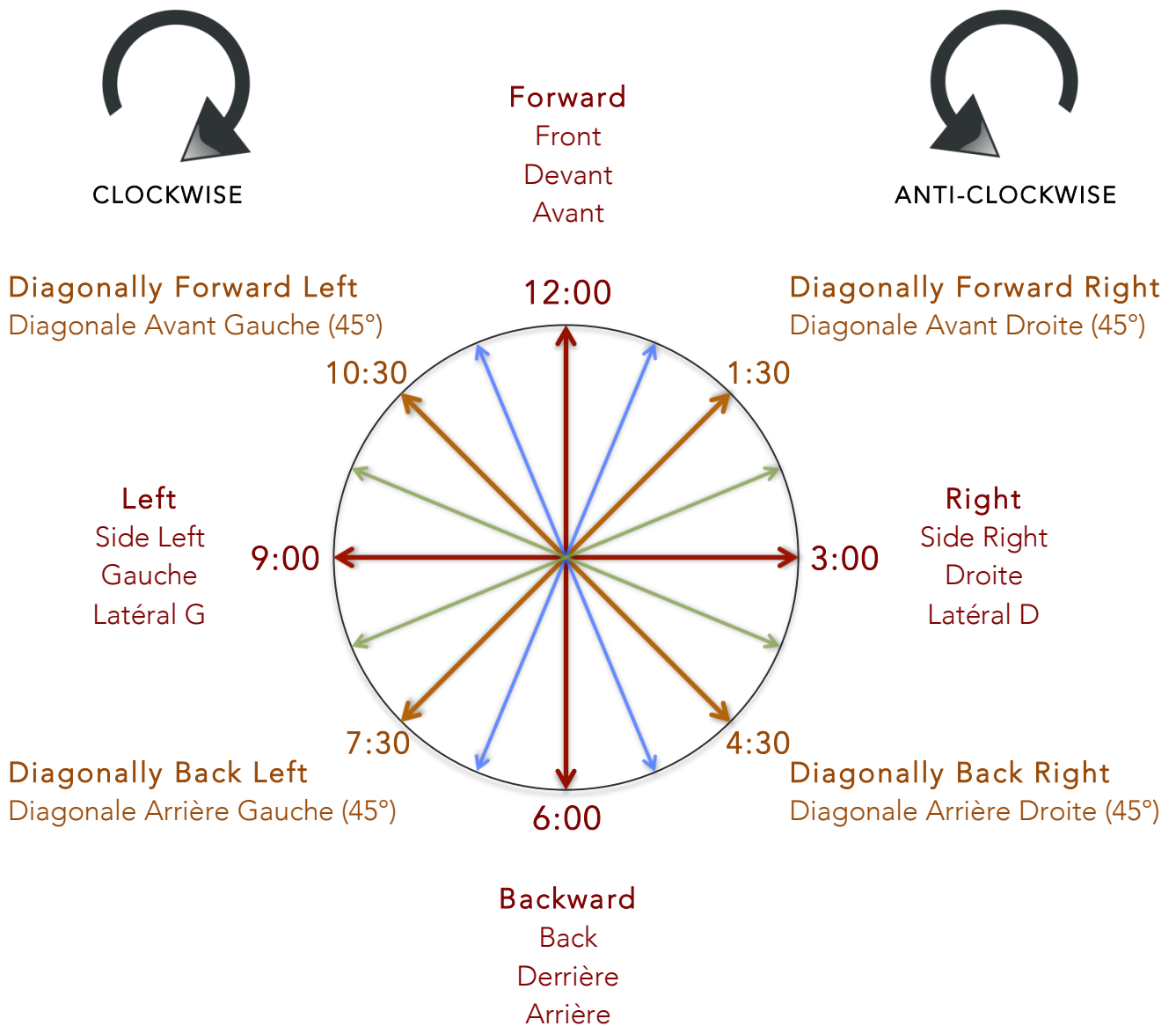
L'équipe des Juges Country & Line 2016

SOMMAIRE

1 – LES DIRECTIONS	4
2 – LES POSITIONS DE PIEDS	5
3 – LES 12 PARTIES DU PIED	6
4 – LES POSITIONS DE BRAS	6
5 – LA POSTURE / POSITIONS DU CORPS	7
6 – LES CARACTERES DES DANSES	8
7 – LES TERMES DU LEXIQUE	10
8 – LES TERMES LIES AUX CHOREGRAPHIES & MUSIQUES	22

Pour les différentes parties de ce document, le classement est établi par ordre alphabétique.

1 – LES DIRECTIONS



Les Flèches en **bleu** et en **vert** définissent des directions en 16^{ème} peu usitées. Elles se définissent alors par :

- Avant gauche légèrement de côté
- Avant droit légèrement de côté
- Arrière gauche légèrement de côté
- Arrière droit légèrement de côté
- Côté gauche légèrement avant
- Côté gauche légèrement arrière
- Côté droit légèrement avant
- Côté gauche légèrement arrière

L.O.D. : Ligne de danse (sens de progression des différentes danses sur la piste)

Alignement : Position du corps par rapport à la ligne de danse.

Jambe d'appui : Jambe qui supporte le poids du corps.

2 – LES POSITIONS DE PIEDS



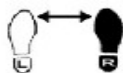
1^{ère}

Les pieds sont parallèles (jointes).



Lock 1^{ère}

Pieds joints croisés.



2^{nde}

Pieds parallèles espacés de la largeur des hanches (bassin).



Lock 2^{nde}

Pieds parallèles croisés espacés de la largeur des hanches.



3^{ème}

Talon à l'intérieur du milieu du pied opposé, pointe tournée vers l'avant.

- **Position d'équilibre pour les rotations**
- **Position utilisée comme position de départ lors des compétitions**



3^{ème} étendue
(ou ouverte)

Position décalée sur le côté dans l'axe du pied (ouverture de la longueur d'un pas).



4^{ème}

Position de la marche.



5^{ème}

Talon à la pointe du pied opposé.

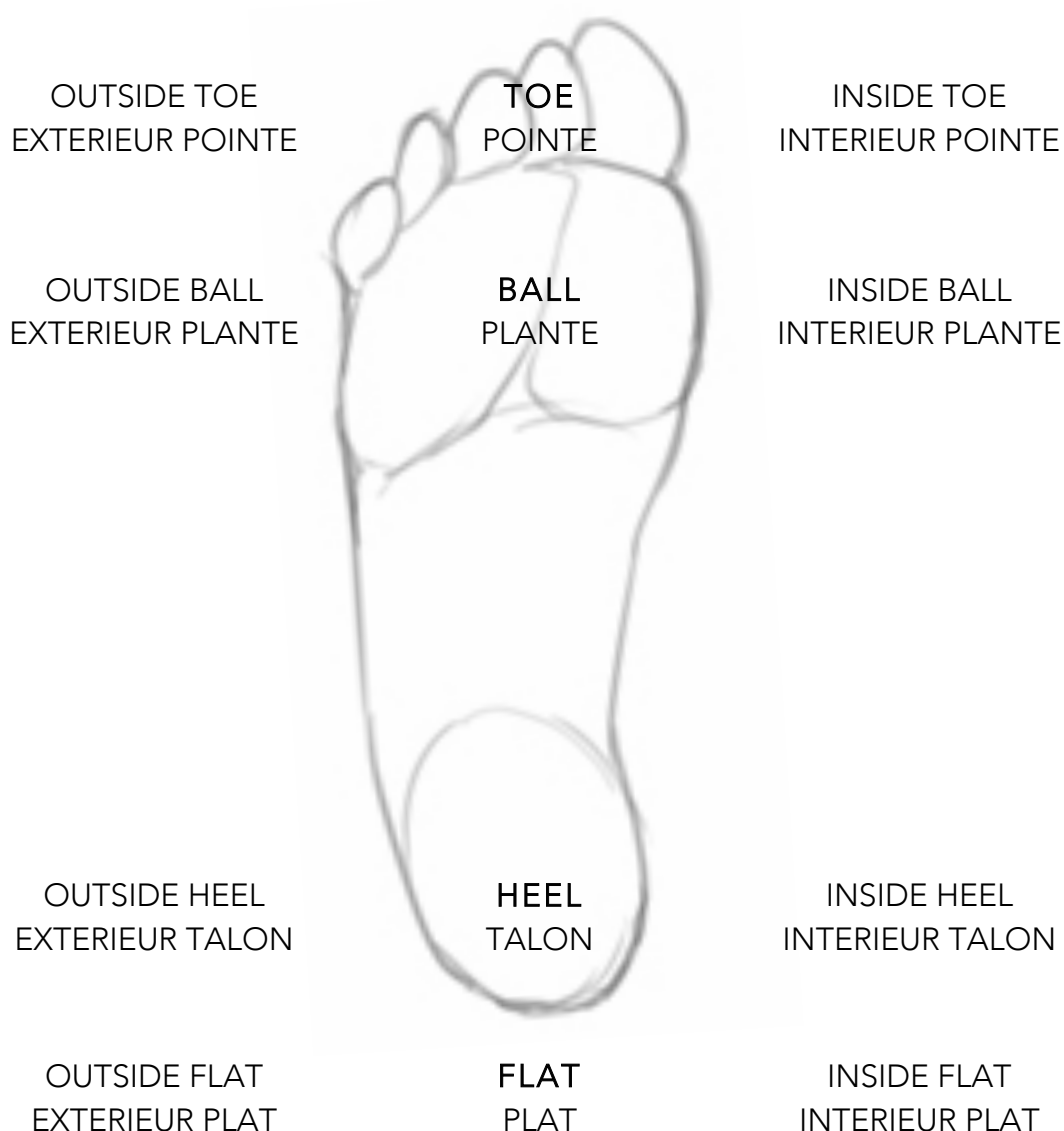
- **Position d'équilibre pour les rotations**



5^{ème} étendue
(ou ouverte)

Position décalée vers l'avant (environ la longueur d'un pied).

3 – LES 12 PARTIES DU PIED



4 – LES POSITIONS DE BRAS

- | | |
|---------------------------------|--|
| 1^{ère} position | Les bras sont arrondis, les doigts se touchant à peu près au niveau du nombril. |
| 2^{ème} position | Les bras sont séparés et tenus de chaque côté du buste. |
| 3^{ème} position | Les bras sont arrondis, les doigts se touchant au niveau de la taille. |
| 4^{ème} position | - Un bras peut être en 1 ^{ère} position et l'autre en 2 nd e ou 3 ^{ème} position.
- Un bras peut être en 5 ^{ème} position et l'autre en 2 nd e ou 3 ^{ème} position. |
| 5^{ème} position | Les bras sont arrondis, les doigts se touchant presque au dessus et légèrement en avant du visage. |

5 – LA POSTURE / POSITIONS DU CORPS

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
BASE		Point de contact avec le sol.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
BALANCE		Etat d'équilibre ou de stabilité du corps pour garder le centre de gravité au dessus de la base.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
BEND		Les genoux sont relâchés mais pas pliés.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
CBM (Contra Body Movement)		Action de tourner la hanche et l'épaule opposée en direction de la jambe en mouvement. Sens contraire à la rotation.	
CBMP (Contra Body Movement Position)		Position avec un pied croisé en CBM juste avant l'action de tourner.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
ISOLATION		Ne bouger qu'une partie du corps. Isoler l'autre.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SPOTTING		Retarder la rotation de la tête par rapport à la vitesse de rotation en fixant son regard sur un point fixe. Appliqué au tour, fixer un point (spot) le plus longtemps possible. Spot : point de fixation.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
TORQUE		Torsion du buste dans le sens contraire du tour (prise d'élan).	

6 – LES CARACTERES DES DANSES

L'étude du caractère de chaque danse s'apprécie en fonction des niveaux de chaque couleur du Passeport de la Danse.

RISE & FALL

WALTZ

- Rythme : 1-2-3 4-5-6
- Structure spatiale : progressive qui passe à travers la ligne de danse dans la diagonale.
- Motion : mouvement de compression dans le sol, déplacement et élévation.
- Esprit : danse romantique, élégante et formelle.

CUBAN

CHA CHA

- Rythme : 2 3 4&1
- Structure spatiale : danse stationnaire, déplacements en croix et en diagonale.
- Motion : mouvement de hanche avec isolation du haut du corps (absence d'élévation).
- Esprit : passion, « hot ».

SMOOTH

WEST COAST SWING

- Rythme : 1 2 3&4 5&6 ou 1 2 3&4 5 6 7&8
- Structure spatiale : danse stationnaire sur un rail.
- Motion : déplacement avec du Swing, fluide (absence d'élévation).
- Esprit : sensualité.

NIGHT CLUB

- Rythme : 1 2& 3 4& (S QQ S QQ)
- Structure spatiale : danse stationnaire, évoluant en carré et en ligne.
- Motion : déplacement avec du Swing.
- Esprit : tendresse, douceur, romantisme.

TWO STEP

- Rythme : 1 2 3 – 5 – (Q Q S S)
- Structure spatiale : danse progressive.
- Motion : mouvement marché, fluide.
- Esprit : populaire.

TRIPLE TWO STEP

- Rythme : 1 2 3&4 5&6
- Structure spatiale : danse progressive qui traverse la ligne de danse en diagonale.
- Motion : mouvement de Sway (absence d'élévation).
- Esprit : ballade.

PULSE

POLKA

- Rythme : (&) 1&2 (&) 3&4
- Structure spatiale : danse progressive dans la ligne de danse.
- Motion : mouvement de compression, élévation (Down & Up).
- Esprit : folklore, joyeux.

EAST COAST SWING

- Rythme : 1&2 3&4 5 6
- Structure spatiale : danse stationnaire en ligne ou en cercle.
- Motion : mouvement de compression dans le sol et remontée sans élévation.
- Esprit : Rock'N Roll.

7 – LES TERMES DU LEXIQUE

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
ANCHOR STEP	1&2	Pas de base du WCS : Triple Step sur place.	3 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
BALANCE STEP		Pas avec transfert partiel du PdC et Recover.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
BEHIND SIDE CROSS	1&2	1 : Croiser un pied derrière l'autre & : Faire un pas sur le côté 2 : Croiser le premier pied devant l'autre	5 ^{ème} 2 ^{ème} 5 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
BOOGIE MOVE		Monter la hanche libre (Hip Lift), exécuter un mouvement circulaire vers l'extérieur.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
BOOGIE WALK		Monter la hanche libre, exécuter un mouvement circulaire vers l'extérieur en posant le pied libre en avant dans la diagonale (inside Ball).	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
BOUNCE	&1	& : Décoller un ou deux talons en pliant légèrement les genoux sans décoller les plantes de pieds 1 : Le(s) reposer au sol	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
BRUSH		Brosser le sol avec le Ball du pied.	3 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
CHAINE TURN		Série de tours. Exécuter un Step en 3 ^{ème} position avec 1/4 de tour. Rassembler les pieds en 1 ^{ère} position avec changement du PdC avec 3/4 de tour. Refaire un Step en 3 ^{ème} position.	3 ^{ème} 1 ^{ère}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
CHARLESTON STEP	1 2 3 4	4 mouvements sur 4 temps : 1 : Pas G avant 2 : Kick D avant (pied opposé) 3 : Pas D arrière 4 : Pointe G arrière (pied opposé, partie intérieure du pied)	4 ^{ème} 3 ^{ème} étendue 4 ^{ème} 4 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
CHECK	1 2	Rock Step préparant un changement de direction.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
COASTER - STEP	1&2	Mouvement pendulaire durant lequel le bas du corps bouge vers l'arrière et vers l'avant tandis que le PdC reste à l'avant (haut du corps) <i>Exemple de Coaster Step arrière Gauche :</i> 1 : Reculer le Ball du pied G & : Amener le Ball du pied D près du pied G 2 : Avancer le pied G	4 ^{ème} 1 ^{ère} 4 ^{ème}
- CROSS		<i>Exemple de Coaster Step arrière Gauche :</i> 1 : Reculer le Ball du pied G & : Amener le Ball du pied D près du pied G 2 : Croiser le pied G devant le pied D	4 ^{ème} 1 ^{ère} 5 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
CROSS		Croiser le pied libre devant ou derrière la jambe d'appui.	Varie selon le pas.

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
CROSS TRIPLE	1&2	Triple Step évoluant sur le côté avec le pied directionnel croisé devant.	5 ^{ème} 2 ^{ème} 5 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
DEVELOPPE		Le pied libre longe la jambe d'appui, la jambe libre se développe en avant ou en arrière après avoir fait une ouverture.	3 ^{ème} étendue

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
DIAMOND		Série de pas avec changement de direction formant une figure octogonale en succession mur plein / diagonale.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
DIG		Toucher le sol avec le pointe ou le talon en amplifiant le mouvement.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
DRAG / DRAW		Ramener le pied libre vers le pied d'appui avec le genou <u>légèrement plié</u> (sans PdC) sur un ou plusieurs temps.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
ELVIS KNEES	1 2	Une jambe tendue, une jambe fléchie : pousser le genou fléchi vers la jambe d'appui (monter le talon), poser le talon, faire de même avec l'autre jambe.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
FOLLOW THROUGH		Faire passer le pied libre par le centre. Généralement avant un changement de direction (mais pas systématique).	1 ^{ère}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
GALLOP	1&2 & 3&4	Série de Triple Step en Polka dans une direction donnée.	3 ^{ème} étendue / 3 ^{ème} en avant, arrière ou diagonale 2 ^{nde} / 1 ^{ère} / 2 ^{nde} en latéral

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
HEEL FAN TOE FAN		Eventail d'un talon ou d'une pointe.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
HEEL GRIND	1 2	Talon en avant avec transfert du PdC, pointe allant de l'intérieur vers l'extérieur (en donnant l'impression de rentrer dans le sol). Peut s'effectuer avec 1/4 ou 1/2 tour.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
HEEL JACK	&1 &2	& : Faire un pas en arrière avec le pied D 1 : Tap avec le talon G en avant & : Ramener le pied G au centre « in place » 2 : Toucher le pied D près du pied G	3 ^{ème} étendue 3 ^{ème} étendue 1 ^{ère} 1 ^{ère}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
HEEL SPLIT TOE SPLIT	1 2 ou &1	PdC sur l'avant ou l'arrière des pieds : pivoter les talons ou pointes vers l'extérieur, à peine soulevés du sol.	1 ^{ère}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
HEEL / TOE SWITCHES	1&2	Mouvement syncopé des talons ou des pointes devant, côté ou derrière.	Ramener en 1 ^{ère}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
HIP BUMP		Isoler la partie supérieure du corps, fléchir les genoux et pousser les hanches d'un côté à l'autre.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
HIP LIFT / GRIND		Monter / Descendre la hanche (avec isolation du haut du corps). Le talon de la jambe libre décolle du sol.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
HIP ROLL		Roulement d'une hanche (du bassin) en cercle avec isolation du haut du corps.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
HINGE (TURN)		Déplacement latéral sur un pied en 1/2 tour à droite ou à gauche par rapport à la jambe d'appui.	2 ^{ème}

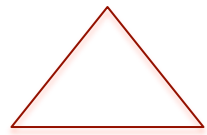
NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
HITCH		Lever le genou parallèle au sol et pointe vers le bas. Le pied d'appui peut être sur la plante (attention à ne pas sauter).	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
HOLD		Temps de pause.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
HOP		Saut sur un pied et réception sur le même pied.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
HOOK		Ramener le talon libre croisé devant la cheville ou le tibia de la jambe opposée.	3 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
JAZZ BOX 	1 2 3 4	Une figure de danse à quatre temps qui décrit un carré (ou une boîte) sur la piste de danse, finissant les pieds séparés. <i>Exemple de Jazz Box D :</i> 1 : Pied D croisé devant pied G 2 : Reculer pied G 3 : Pied D à D 4 : Avancer pied D On peut commencer le jazz par un pas avant. Peut se faire avec 1/4 ou 1/2 tour : la rotation peut s'effectuer au 2^{ème} ou 3^{ème} temps).	2 ^{ème} Lock 4 ^{ème} 2 ^{ème} 4 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
JAZZ TRIANGLE 	1 2 3 4	Une figure de danse à quatre temps qui décrit un carré (ou une boîte) sur la piste de danse, finissant les pieds joints. <i>Exemple de Jazz Triangle D :</i> 1 : Croiser le pied D devant le pied G 2 : Reculer le pied G 3 : Pied D à D 4 : Pied G à côté du pied D	1 ^{ère} Lock 4 ^{ème} 2 ^{ème} 1 ^{ère}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
KICK		Coup de pied avant en étendant la jambe, pointe vers le bas.	3 ^{ème}
FLICK		Kick vers l'arrière, pointe du pied tendue.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
KICK BALL - CHANGE	1&2	<i>Exemple de Kick Ball Change D :</i> 1 : Kick D devant & : Pied D à côté du pied G sur le Ball 2 : Pied G à côté du pied D	3 ^{ème} étendue 1 ^{ère} 1 ^{ère}
- CROSS		<i>Exemple de Kick Ball Change D :</i> 1 : Kick D devant & : Pied D à côté du pied G sur le Ball 2 : Croiser le pied G devant le pied D	3 ^{ème} étendue 1 ^{ère} 5 ^{ème}
- STEP		<i>Exemple de Kick Ball Step D :</i> 1 : Kick D devant & : Pied D à côté du pied G sur le Ball 2 : Pied G devant	3 ^{ème} étendue 1 ^{ère} 4 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
KNEE POP Simple ou Double	&1	& : Impulsion du genou vers l'avant faisant décoller le(s) talon(s) du sol avec isolation du haut du corps. 1 : Le(s) reposer au sol.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
KNEE ROLL	1	Roulement d'un genou de l'intérieur vers l'extérieur en levant le talon.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
JUMP		Saut en avant ou en arrière, avec départ et réception sur les deux pieds.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
LEAP		Saut sur un pied et réception sur l'autre pied.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
LUNGE		Ce mouvement est obtenu avec l'action d'un pas avant ou côté en pliant la jambe d'appui tandis que la jambe libre est tendue dans la direction opposée (intérieur ou extérieur Ball). Le centre est positionné au dessus de la base, le haut du corps reste vertical. Ce mouvement peut se faire vers l'arrière, il sera nommé « DIP ou CORTE »	3 ^{ème} ou 5 ^{ème} étendue

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
MAMBO - STEP	1&2	Peut se faire en avant ou en arrière. <i>Exemple de Mambo Step D :</i> 1 : Pied D devant & : Revenir sur le pied G (avec PdC) 2 : Pied D derrière	5 ^{ème} étendue
- CROSS		<i>Exemple de Mambo Cross D :</i> 1 : Pied D à D (avec le PdC en partie ou sans décoller le pied opposé) & : Revenir sur le pied G (avec PdC) 2 : Croiser le pied D devant le pied G (avec PdC)	2 ^{nde} 2 ^{nde} 5 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
MONTEREY - TURN	1 2 3 4	4 mouvements sur 4 temps. <i>Exemple de Monterey Turn :</i> 1 : Pointer sur le côté 2 : Une rotation 1/2 dans le sens de votre pied pointé 3 : Pointer l'autre pied sur le côté 4 : Ramener au centre Option : peut se faire avec 1/4 et 3/4 de tour.	2 ^{nde} 1 ^{ère} 2 ^{nde} 1 ^{ère}
- SPIN		MONTEREY TURN tour complet avec la rotation sur le 2 ^{ème} temps.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
NANIGO Pelvic Thrust		Mouvement caractéristique du ECS : genou flex, isoler le haut du corps et bascule du bassin d'arrière en avant (mouvement du pelvis, cambrer le dos puis ramener les hanches vers l'avant). Mouvement du pelvis en avant.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
PADDLE TURN	1&2& 3&4	Un tour complet en utilisant les 5 ^{ème} et 2 ^{nde} positions des pieds avec 7 changements du PdC. <i>Exemple de Paddle Turn G :</i> 1 : Effectuer 1/4 de tour à G avec le pied G & : Faire un pas sur la plante du pied D 2 : Effectuer 1/4 de tour à G avec le pied G & : Faire un pas sur la plante du pied D 3 : Effectuer 1/4 de tour à G avec le pied G & : Faire un pas sur la plante du pied D 4 : Effectuer 1/4 de tour à G avec le pied G Le pied G est l'appui sur lequel s'effectue le tour.	5 ^{ème} 2 ^{nde} 5 ^{ème} 2 ^{nde} 5 ^{ème} 2 ^{nde} 5 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
PIGEON TOED MOVEMENT		Mouvement de Swivel . Isoler le haut du corps. La figure se déplace sur le côté avec le PdC sur le talon d'un pied et la plante de l'autre pied (bascule talon pointe) : amener les pointes des pieds l'un près de l'autre, talons écartés (Swivel : les pieds sont tournés vers l'intérieur), intervertir le PdC du talon d'un pied sur sa plante et la plante de l'autre pied sur sa pointe (bascule talon pointe) pour ensuite amener les talons l'un près de l'autre en écartant les pointes des pieds (Swivel : les pieds pointent vers l'extérieur). Et ainsi de suite en alternance.	
PIGEON TOE		Statique : le transfert se fait lors du retour en 1 ^{ère} position.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
PUSH TURN		PdC sur la jambe d'appui : effectuer 4 1/4 de tour en poussant sur la pointe de la jambe libre (variante du PADDLE TURN)	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
ROCK STEP	1 2	Balancement du corps vers l'avant ou l'arrière, avec CBM et 2 changements du poids du corps.	5 ^{ème}
- CROSS ROCK		Rock Step avec le pied effectuant le mouvement croisé devant ou derrière l'autre avec PdC puis revenir sur le pied opposé.	5 ^{ème}
- SIDE ROCK		Rock Step latéral G ou D puis revenir sur le pied opposé.	2 ^{nde}
- ROCKING CHAIR	1 2 3 4	Enchaînement de plusieurs Rock Step avant, arrière.	5 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
ROLLING VINE / THREE STEP TURN	1 2 3	Tour complet latéral – VINE tour complet 1/4 – 1/2 – 1/4 ou 1/4 – 1/4 – 1/2	5 ^{ème} / 5 ^{ème} / 2 ^{nde} 5 ^{ème} / 2 ^{nde} / 2 ^{nde}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
RONDE		Mouvement circulaire avec la jambe libre tendue pied pointé vers le sol sans le toucher et jambe d'appui légèrement fléchie. Ce mouvement peut se faire dans le sens des aiguilles d'une montre et inversement.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
RUMBA BOX	1 2 3 4 ou 1&2&	Ce mouvement peut s'exécuter en avant ou en arrière. Le départ peut se faire en avant, en arrière ou sur le côté. <i>Exemple départ côté D :</i> 1 : Pied D à D 2 : Ramener pied G à côté du pied D 3 : Pied D en arrière ou en avant 4 : Hold	2 ^{nde} 1 ^{ère} 5 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
RUN		Suite de pas courus	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SAILOR STEP	1&2	Le bas du corps tourne légèrement dans la direction du pied arrière qui croise l'autre pied, tandis que le haut du corps reste sur son axe. <i>Exemple de Sailor Step D :</i> 1 : Pas Ball pied D derrière le pied G & : Pied G à G sur le Ball 2 : Remettre le PdC sur le pied D à D Peut se faire avec 1/4, 1/2, 3/4 ou tour complet.	5 ^{ème} 2 ^{ème} 2 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SCOOT		Glissement en avant ou en arrière (propulsion par le basculement du bassin) sur un pied ou sur les deux.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SCUFF		Brosser le sol avec le talon (attention de ne pas trop lever le pied).	3 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SCISSORS STEP (SYNCOPATED)	1 2 3 1&2	Figure qui s'exécute : pas de côté, together, cross	2 ^{ème} / 1 ^{ère} / 5 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SHIMMY		S'effectue en alternant les mouvements d'épaules d'avant à cadence rapide sans bouger le bassin.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SPIN		Tour complet en 5 ^{ème} sur un pied sur place.	5 ^{ème}
PLATFORM SPIN		Tour complet sur les deux pieds serrés.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
TRIPLE STEP	1&2	Figure syncopée s'exécutant vers l'avant, l'arrière ou latéralement, en 3 pas dans laquelle le pied libre vient se poser près du pied d'appui avec changement du PdC. Exécution : pas avant / arrière / de côté, together, pas avant / arrière / de côté	Varie en fonction de la direction.

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SKATE		Déplacement vers l'avant en glissant le pied dans la diagonale avant loin du centre de gravité. Le corps se tourne dans le même sens que le pied. Puis Follow Through et continuer dans la direction symétrique toujours en diagonale dans le sens de la ligne de danse (sans isolation).	5 ^{ème} étendue

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SLAP		Tapper une partie du corps avec la ou les mains : pied, hanches, bras . . .	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SLIDE		Ce mouvement s'effectue en imprimant une impulsion de la jambe d'appui, jambe tendue et faire glisser la jambe libre sur le côté en la ramenant vers les pied d'appui (avec PdC)	2 ^{nde}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SNAP		Cliquer des doigts.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SPIRAL TURN		Un SPIN complet dans le sens opposé du pied avant et finir le pied libre devant avec PdC.	Démarrer en 5 ^{ème}
SPIRAL POSITION		Un SPIN complet dans le sens opposé du pied avant (360°) avec en final le pied libre croisé devant la cheville de la jambe d'appui (position).	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
STEP TURN	1 2	Tour en 5 ^{ème} position avec deux changements du PdC. Se fait en 1/4, 1/2 et 3/4 de tour. <i>Exemple de Step Turn G (1/2 tour) :</i> 1 : Avancer pied D (PdC sur pied D) 2 : 1/2 tour à G sur pied D, puis transférer le PdC sur pied G	Démarrer en 5 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
STOMP		Taper le sol avec le plat du pied et transfert du PdC.	
STOMP UP		Taper le sol avec le plat du pied sans PdC.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
STRUTS	1 2		4 ^{ème}
- TOE STRUTS		Vers l'avant ou l'arrière, poser la pointe du pied au sol, ensuite poser le talon sur le sol avec transfert du PdC.	
- HEEL STRUTS		Vers l'avant ou l'arrière, poser le talon du pied au sol, ensuite poser la plante du pied sur le sol avec transfert du PdC.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SUGARFOOT		« Swing Step » sans Follow Through . Enchaînement de Swivels alternatifs dans la direction opposée du pied de la jambe d'appui (sur place, ou en déplacement) avec isolation du haut du corps.	3 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SWAY		Mouvement latéral du buste, sans inclinaison du torse. Les épaules restent parallèles au sol.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SWEEP		Mouvement circulaire avec la jambe libre tendue pied pointé vers le sol en le touchant et jambe d'appui légèrement fléchie. Ce mouvement peut se faire dans le sens des aiguilles d'une montre et inversement.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SWING SWAY TURN		Figure de Night Club & Waltz. Combinaison de pas. Tour 1/4, 1/2, 1 exécuté en Waltz avec SWAY ou NC sans SWAY <i>Exemple de séquence 1 2 3 Waltz :</i> 1 : En ligne dans la diagonale (avec CBM) 2 : Swing en direction du mur, rassemblé, tour dans le SWAY 3 : Pose en place ou autre selon suite chorégraphique. <i>Exemple de séquence 2&3 NC :</i> 2 : En place & : Dans la diagonale (avec CBM) 3 : Pose en direction du mur, Swing et rassemblé, tour	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SWIVEL		Isoler le haut du corps (qui reste dans la ligne de danse) pendant que les hanches et les talons ou les pointes se déplacent en même temps dans la même direction.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SWIVET	&1	Sans isolation, pivoter la pointe d'un pied et le talon de l'autre pied dans le même sens et revenir.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
SYNCOATED SPLITS (OUT OUT IN IN)	&1&2	Séparer les pieds alternativement et les rapprocher alternativement.	2 ^{ème} / 1 ^{ère}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
TOE HEEL CROSS SWIVEL	1 2 3	1 : Pivoter le pied D d'appui vers la D (diagonal wall) avec la pointe du pied G touchant l'intérieur du pied D. 2 : Pivoter le pied D vers la G face au centre en diagonale, en touchant le talon G devant. 3 : Pivoter le pied D face à la ligne de danse, croiser le pied G devant le pied D avec PdC. Répéter l'ensemble à G.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
TOGETHER CLOSE		Ramener le pied libre avec PdC. Ramener le pied libre sans PdC.	1 ^{ère} 1 ^{ère}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
TOUCH		Toucher la pointe du pied libre dans une direction donnée sans pression (sans PdC).	
TAP		Toucher une partie du pied sur le sol avec une légère pression (sans PdC).	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
TRAVELLING PIVOT		Série de PIVOT. <i>Exemple de Travelling Pivot avant D :</i> 1 : Pas pied D en avant 2 : 1/2 tour à D sur le Ball D et poser le pied G derrière 3 : 1/2 tour à D sur le Ball G et poser le pied D devant Peut également se faire en arrière.	5 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
TWINKLE (figure de base)	1 2 3	Figure de Waltz avec déplacement vers l'avant en diagonale. <i>Exemple de Twinkle :</i> 1 : Avancer d'un pas G en diagonale 2 : Faire un pas de côté 3 : Avancer d'un pas en diagonale (symétrique de la précédente diagonale)	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
TWIST TURN		Croiser un pied devant ou derrière l'autre et dérouler 1/2 ou 3/4.	1 ^{ère} ou 2 ^{nde}
TWIST FULL TURN		Même chose avec tour complet.	

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
VAUDEVILLE - HOP	1&2&	<i>Exemple de Vaudeville Hop :</i> 1 : Kick & : Pas de côté 2 : Croiser un pied devant l'autre & : Pas de côté	3 ^{ème} étendue 2 ^{ème} 5 ^{ème} 2 ^{ème}
- STEP	&1&2	<i>Exemple de Vaudeville Step :</i> & : Faire un petit pas sur le côté 1 : Tap talon devant ou Kick & : Pas arrière 2 : Croiser un pied devant l'autre	2 ^{ème} 3 ^{ème} 5 ^{ème} 5 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
VINE	1 2 3	Déplacement sur le côté droit ou gauche avec un croisement derrière : un pas côté, un pas croisé derrière, un pas côté. Le dernier temps peut se faire avec une rotation 1/4, 1/2 ou 3/4 de tour.	2 ^{ème} 5 ^{ème} 2 ^{ème} (5 ^{ème})

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
WEAVE		Déplacement latéral en commençant avec un croisé avant ou arrière. Ce mouvement peut être syncopé.	5 ^{ème} 2 ^{ème} 5 ^{ème}

NOM	TEMPS	EXECUTION	POSITIONS PIEDS
WIZZARD STEP	1 2&	Exemple de Wizzard Step : 1 : Pas dans la diagonale 2 : Lock derrière & : Pas côté (isolation des épaules)	3 ^{ème} étendue 3 ^{ème} 2 ^{ème}

8 – LES TERMES LIES AUX CHOREGRAPHIES & MUSIQUES

NOM	
BREAK	Suspension dans la danse et la musique.
BRIDGE	Pont Musical. Passage occasionnel (souvent instrumental) pour connecter deux thèmes. <i>A cause du bridge, je chorégraphie avec un tag.</i>
CALL	A la place d'un comptage, nommer un pas par anticipation.
FUNNEL	Suppression d'une ou plusieurs sections en milieu de chorégraphie et reprise de la danse sur les sections restantes.
INTRO ou FINAL	Ajout de pas dans la chorégraphie, au début ou à la fin des sections, que l'on ne fait qu'au démarrage ou la fin de la danse.
REPEAT	Répéter une section à un moment donné de la chorégraphie.
RESTART	Redémarrage au début de la danse après une section autre que la dernière.
TAG	Ajout de pas dans la chorégraphie en milieu de mur. <i>Avec un tag, j'interprète un bridge.</i>

ANNEXE 1

Définition des termes les plus utilisés en Danse Country

Abréviations :

D : Droit - G : Gauche - PDC : Poids Du Corps
PD : Pas avec le pied Droit - PG : Pas avec le pied Gauche

A

Accross	Croisé devant
A.k.a.	"Aussi connu sous...." : Autre nom d'une danse
Apple Jack	Mouvement des pieds sur place. 1 - PDC 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 - PDC sur le talon D et sur la pointe G, tournez pointe D et talon G à droite (Position en "V") & - Ramenez les pieds ensemble au centre

B

Back	Arrière
Backward	Vers l'arrière
Ball	Plante du pied
Behind	Derrière
Body Roll	Mouvement circulaire du corps vers l'avant, l'arrière ou de côté
Box	Boîte
Bounce	Rebond
Break	(2 temps) Ex. à D : PD avant, PG sur place
Brush	(1 temps) Brosser le sol <u>avec la plante du pied</u>
Bump	Cogner - Avancer
Buttermilk	Voir "Heel Split"

C

CCW	"Counterclockwise" Dans le sens contraire des aiguilles d'une montre (de droite à gauche)
Cha Cha Cha	Voir "Shuffle"
Change	Changer
Chassé	Chasser 1 pied au moment où on pose l'autre pied
Charleston	(4 temps) Step G avant, Kick D avant, Step D arrière, Pointe G arrière (<i>Peut se faire des pieds opposés</i>)
Clap	Frapper dans les mains
Coaster Step	(1 & 2) Pied D arrière, Pied G à côté du pied droit, Pied D avant (<i>Peut se faire des pieds opposés</i>)
Cross	Croisé
Cross Shuffle	Peut se faire de plusieurs manières selon la danse. Ex.-1- (déplacement vers G) : 1 - PD croisé derrière PG, & - PG à G, 2 - PD croisé devant PG Ex.-2- (----- idem -----) : 1 - PD croisé devant PG, & - PG à G, 2 - PD à G (les pieds restent croisés)
Cross Shuffle + 1/4 tour D	Ex. G : 1 - PG croisé derrière PD, & - PD à D + 1/4 tour D, 2 - Ramener PG
CW	"Clockwise" - Dans le sens des aiguilles d'une montre (de gauche à droite)

D

Drag	Voir "Slide"
-------------	--------------

E

Elvis Knees	Genou forme un cercle entier, danse l'ordre : Genou G : avant, puis gauche, arrière, droite, et revenir
--------------------	---

F

Fan	Ouverture des pieds (Pointe ou talon, 1 ou 2 pieds)
Flick	Coup de pied arrière, genou fléchi, pointe tendue
Forward	Avant
Forward Rock	1 - Pas avant, <u>sans décoller la pointe du pied arrière</u> , 2 - Poids du corps revient sur le pied arrière
Front	Devant

G

Grapevine	Voir "Vine"
------------------	-------------

H

Heel	Talon
Heel Ball Cross	(1 & 2) Talon D avant, Ramenez le PD à côté du PG, Croisé G devant le PD <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Heel Ball Step	(1 & 2) Talon D avant, Ramenez le PD à côté du PG en y déposant de poids, Déposez le poids sur le PG <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Heel Bounce	Pointe au sol, faire rebondir le talon au sol
Heel Fans	PDC sur l'avant du pied ("ball of foot"), Mouvement d'un ou des 2 talons, vers l'intérieur ou l'extérieur
Heel Split	(2 temps) Soulevez les talons en les écartant vers l'extérieur, Ramenez les talons au centre
Heel Strut	(2 temps) Déposez le talon en avant, Déposez la plante du pied au sol
Heel Switches	Changement syncopé (&) de talons, Ramener les pieds ensemble sur "&", afin de ne pas sauter
Hip	Hanche
Hip Bump	Balancement des hanches vers l'avant, vers l'arrière, de côté ou avec le partenaire
Hitch	Elevez le genou
Hold	Pause
Hook	Croisez le talon devant le tibia de l'autre jambe <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Hop	Petit saut exécuté sur place avec le pied porteur

I

ILOD	"Inside Line Of Dance" Pour les danses de partenaire : Position face à l'intérieur du cercle, dos au mur
In Front	En avant de... ou devant

J

Jazzbox	(4 temps) Ex. à D : Croisez le PD devant le PG, PG arrière, PD à droite, PG à côté du PD ou devant (selon la danse) <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Jazzbox + 1/4 tour	(4 temps) Ex. à D + 1/4 Tour : Croisez le PD devant le PG, PG arrière, PD à droite avec 1/4 Tour, PG à côté du PD ou devant (selon la danse) <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Jump	Saut sur les deux pieds (vers l'avant ou l'arrière)
Jump Apart	Saut écarté sur les deux pieds
Jump Together	Saut pour ramenez les deux pieds ensemble
Jumping Jack	(2 temps) Sautez en écartant les deux jambes, Sautez en ramenant les jambes ensemble <i>Peut se faire sur des demis temps</i> Variante : Sautez en écartant les 2 jambes, Sautez de nouveau en croisant les jambes, Finir en effectuant 1/4 ou 1/2 tour

K

Kick	Coup de pied (généralement vers l'avant)
Kick Ball Change	(1 & 2) Ex. D : Kick D vers l'avant, Ramenez le PD à côté du PG, Déposez le poids sur le PG <i>Peut se faire sur les pieds opposés</i>
Kick Ball Step	(1 & 2) Ex. D : Kick D avant, Ramenez le PD à côté du PG, PD avant <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Kick Ball Cross	(1 & 2) Ex. D : Kick D vers l'avant, Ramenez le PD à côté du PG en y déposant le poids, Croisez le PG devant le PD en y déposant le poids <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Kick Ball Turn	(1 & 2) Ex. D : Kick D avant, Ramenez PD à côté du PG en y déposant le poids, PD 1/4 de tour vers la gauche <i>Peut se faire sur les pieds et direction opposés</i>
Kick By Step	Kick avec transfert de pied et de poids sur 1/2 temps
Kick Electrique	(8 pas sur 4 temps - Pas de Hip Hop) Ex. D : 1 - Pas PD 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 <i>Peut se faire sur les pieds opposés</i>

L

LOD	"Line Of Dance" Pour les danses de partenaire : On se dirige dans la même direction que la ligne de danse, le mur est à votre droite. On tourne à l'inverse des aiguilles d'une montre autour de la piste de danse
Left	Gauche
Lock	Croisez un pied derrière l'autre. <i>Ce mouvement se fait en se déplaçant vers l'avant ou l'arrière</i>

M

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

N - O

OLOD	"Outside Line Of Dance" Pour les danses de partenaire : Position face à l'extérieur du cercle, dos au centre
-------------	---

P

Pigeon Toe	(2 temps) Ecarter les talons, Les ramener en position initiale.
-------------------	--

Q - R

Right	Droit(e)
RLOD	"Rear Line Of Dance" Pour les danses de partenaire : Position dos à la ligne de danse
Rock	Balancer
Rock Step	(2 temps)

	Transfert de poids d'une jambe à l'autre (vers l'avant, l'arrière ou de côté) : Ex. à D : Déposez le PD en avant. Sans bouger les pieds, Ramenez le poids sur le PG <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Rock & Cross	(1 & 2) PD à D, Ramenez le poids sur le PG, PD croisé devant le PG <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Rock & Step	(1 & 2) Ex. à D : PD à droite, Ramenez le poids sur le PG, PD à côté du PG <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Rolling Vine ou Turning Vine	(4 temps) <Peut se dire "Turning Vine"> Ex. Rolling vine D : PD à droite avec 1/4 tour à D, PG avant avec 1/2 tour à D, PD arrière avec 1/4 tour à D. Généralement, le 4° temps = Touch G + Clap <i>Peut se faire dans des directions opposés</i>

S

Sailor (Step)	(1 & 2) Ex. à D : PD croisé derrière le PG, PG à gauche, Pied D à droite <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Saut Vaudeville	(4 pas sur 2 temps) Ex. : & - Déposer la pointe du PG derrière le PD 1 - Croiser le PD devant le PG & - Faire 1 pas du PG à gauche 2 - Placer le talon droit devant en diagonale <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Scissor	(2 temps) Lever sur les talons, Ecarter les pointes vers l'extérieur, Et revenir en position initiale
Scoot	(1 temps) Glissement (ou petit saut) du pied sur lequel se trouve le PDC vers l'avant, l'arrière ou le côté
Scotch	(1 temps) Saut des 2 pieds en même temps
Scuff	(1 temps) Brosser le sol <u>avec le talon</u>
Shuffle	(1 & 2) Cha-cha-cha. Exemple à D : PD avant, Glissez le PG à côté du PD, PD avant. <i>Peut se faire des pieds opposés, en avant, en arrière ou de côté</i>
Side Rock	(2 temps) Cha-cha-cha. Exemple à D : PD avant, Glissez le PG à côté du PD, PD avant <i>Peut se faire des pieds opposés, en avant, en arrière ou de côté</i>
Slap	Frapper un talon avec une main (main opposée ou non) <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Slide	Glissement au sol d'un pied vers l'autre pied <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Snap	Claquer des doigts
Stamp	Frappez le sol avec 1 pied ET y transférer le PDC <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Step	Pas
Step Turn	(2 temps) Ex. à G : PD en avant (PDC/PD), Pivot 1/2 tour sur les pointes (PDC avant) <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Stomp	Frappez le sol avec 1 pied SANS y transférer le PDC <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Sway	(4 temps) Ex. à D : Sway D : Pas PD en (diagonale, avant, arrière, droite), Touch PG près du PD, PG en place initiale, Touch PD près du PG <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Swivel	Pieds joints, Mouvement des 2 talons à G ou à D et selon la danse, ramener les talons en position initiale, ou à l'opposé, ou déplacer les pointes dans le même sens que les talons
Swivet	Pieds joints, Mouvement et poids sur un talon et une pointe dans le même sens. Ramener les pieds en position initiale. Ce fait des 2 côtés. Ex.: Avec le Pdc sur le talon droit et sur la pointe gauche, écartez la pointe droite à droite et le talon gauche à gauche en même temps, revenir au centre.

T

Tap	Déposer la plante du pied en gardant le poids sur le pied opposé
Three Step	(1 & 2) Sur place, Faire 3 pas GDG ou DGD
Three Step Turn	(4 temps) 1 Tour complet effectué en 3 pas sur 3 temps, le 4° temps est en fonction de la dance (Brush - Kick - ...)
Tin Man	(2 temps) Ex. à G : Pas droit avant, Pivoter 1/4 de tour vers la gauche sur le pied gauche <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
Toe Bounces	Talon au sol, faire rebondir la pointe au sol
Toe Fans	PDC sur le talon, mouvement d'une ou des 2 pointes, vers l'intérieur ou l'extérieur
Toe Strut	(2 temps) Poser la pointe (en avant ou en arrière), Poser le plat du pied
Toe Switches	Changement syncopé (&) de pointes, ramener les pieds ensemble sur "&", <u>afin de ne pas sauter</u>
Together	Ensemble
Touch	Toucher la Pointe d'1 pied à côté de l'autre pied
Turn	Tourner
Twist	Pieds joints, pivoter les talons à D ou à G
Twisting Walk	Ex. à D avant : PD avant + pieds direction diagonale avant G

U - V

Vine ou Grapevine	(4 temps) Ex. à D : PD à droite, PG croisé derrière le droit, PD à droite, en fonction le 4° temps = scuff ou stomp ou kick
Vine + 1/4 ou 1/2 tour	(4 temps) Ex. à D : PD à droite, PG croisé derrière le pied droit, PD à droite + 1/4 ou 1/2 tour (généralement à D), En fonction le 4° temps = scuff ou stomp ou kick

- X - Y - Z

--	--

© : POUR LES COUPLES

LOD	"Line Of Dance" : On se dirige dans la même direction que la ligne de danse, le mur est à votre droite et on tourne à l'inverse des aiguilles d'une montre autour de la piste de danse
RLOD	"Rear Line Of Dance" : Position dos à la ligne de danse
ILOD	"Inside Line Of Dance" : Position face à l'intérieur du cercle, dos au mur
OLOD	"Outside Line Of Dance" : Position face à l'extérieur du cercle, dos au centre
Closed Position	(Position fermée) Direction : En fonction de la dance Position du Corps : Face à face (toujours) Position des mains : Mains gauche homme & main droite femme à l'extérieur au niveau de l'épaule, Main droite de l'homme derrière l'épaule gauche de la femme, Main gauche de la femme sur épaule droite de l'homme
Parallel Position	(Position parallèle) Position du Corps : Départ position fermée, l'homme avance : - diagonale G (Right Parallel Position) ou - diagonale D (Left parallel position) Position des mains : Idem à Closed Position
Shadow Position	(Position de l'ombre souvent appelée Indian Position : position Indienne) Position du Corps : Homme derrière la Femme Position des mains : Mains au niveau des épaules de la Femme ou Main droite dans la main droite, Main gauche sur la hanche gauche de la femme, celle-ci ayant sa main gauche à la hanche.
Reversed Shadow Position	(Position de l'ombre souvent appelée Indian Position : position Indienne Inversée) Position du Corps : Homme devant la Femme Position des mains : Mains au niveau des épaules de l'homme ou Main droite dans la main droite, Main gauche sur la hanche gauche de l'homme, celui-ci ayant sa main gauche à la hanche.
Sweetheart Position	(Souvent appelée Side-By-Side : Côte à Côte) Position du Corps : Homme à gauche de la Femme

	Position des mains : Main gauche dans main gauche au niveau de la poitrine de l'homme, Main droite dans main droite au niveau de l'épaule droite de la femme
Reversed Sweetheart Position	(Souvent appelée Side-By-Side Inversée) Position du Corps : Homme à droite de la Femme Position des mains : Main droite dans main droite au niveau de la poitrine de l'homme, Main gauche dans main gauche au niveau de l'épaule gauche de la femme
Skaters Position	(Souvent appelée Position Promenade comme des patineurs) Position du Corps : Homme à droite ou à gauche de la Femme, côte à côte Position des mains : Main droite dans main gauche, Main gauche dans main droite Les bras sont croisés à l'avant, main gauche de l'homme dessus

ANNEXE 2



Qu'est-ce que le Passeport Danse ?

Le passeport danse est un système d'évaluation fédéral permettant à chaque licencié, pratiquant loisir ou compétiteur, de suivre son évolution de ses premiers pas jusqu'à ses plus hauts objectifs. Il valorise ses compétences techniques.

Son développement sera optimum s'il se positionne dans le cadre de l'animation des structures. Sa mise à jour est donc laissée à l'initiative de chaque structure affiliée et notamment de son responsable technique.

La FFDanse souhaite bien sûr que chaque structure, chaque licencié utilise ce passeport mais chacun est libre d'y adhérer sauf dispositions spécifiques mises en place par les disciplines pour les compétiteurs.

Ce passeport reprend toutes les informations du danseur ou de la danseuse (Coordonnées et activités), à l'initiative du responsable technique de la structure concernée.

Le livret « Passeport danse » est valable huit ans

Le passage des couleurs

Le système d'évaluation comprend sept couleurs représentant chacune un niveau afin d'identifier facilement les progrès du pratiquant. Ces niveaux sont complétés par deux premières couleurs dont les critères d'obtention sont laissés à l'appréciation de la structure

COULEURS	
Blanche Beige	<i>Ces deux niveaux sont laissés à la libre appréciation de la structure dans le cadre de son animation. Il s'agit donc d'un point d'entrée dans le système d'évaluation permettant d'encourager le (la) danseur (se) à accéder aux niveaux supérieurs.</i>
Jaune Orange Vert Violet Bleu Rouge	<i>Chaque couleur représente un niveau technique différent, élaborant ainsi une échelle d'évaluation. La FFDanse met à la disposition de chaque responsable de structure différents outils (figures et enchainements, référentiels d'évaluation, vidéos...). Les évaluations sont individuelles et sont validées par le responsable technique de chaque structure.</i>
Noire	<i>Cette couleur comportera également des "niveaux étoilés". Elle sera attribuée par une commission nationale pilotée par le Directeur Technique National.</i>