

# 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

<b>Accross</b>	Croisé devant
<b>A.k.a.</b>	"Aussi connu sous...." : Autre nom d'une danse
<b>Apple Jack</b>	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

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

### C

<b>CCW</b>	"Counterclockwise" Dans le sens contraire des aiguilles d'une montre (de droite à gauche)
<b>Cha Cha Cha</b>	Voir "Shuffle"
<b>Change</b>	Changer
<b>Chassé</b>	Chasser 1 pied au moment où on pose l'autre pied
<b>Charleston</b>	(4 temps) Step G avant, Kick D avant, Step D arrière, Pointe G arrière ( <i>Peut se faire des pieds opposés</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 des pieds opposés</i> )
<b>Cross</b>	Croisé
<b>Cross Shuffle</b>	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)
<b>Cross Shuffle + 1/4 tour D</b>	Ex. G : 1 - PG croisé derrière PD, & - PD à D + 1/4 tour D, 2 - Ramener PG
<b>CW</b>	"Clockwise" - Dans le sens des aiguilles d'une montre (de gauche à droite)

### D

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

### E

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

## F

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

## G

<b>Grapevine</b>	Voir "Vine"
------------------	-------------

## H

<b>Heel</b>	Talon
<b>Heel Ball Cross</b>	(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>
<b>Heel Ball Step</b>	(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>
<b>Heel Bounce</b>	Pointe au sol, faire rebondir le talon au sol
<b>Heel Fans</b>	PDC sur l'avant du pied ("ball of foot"), Mouvement d'un ou des 2 talons, vers l'intérieur ou l'extérieur
<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>Heel Switches</b>	Changement syncopé (&) de talons, Ramener les pieds ensemble sur "&", afin de ne pas sauter
<b>Hip</b>	Hanche
<b>Hip Bump</b>	Balancement des hanches vers l'avant, vers l'arrière, de côté ou avec le partenaire
<b>Hitch</b>	Elevez le genou
<b>Hold</b>	Pause
<b>Hook</b>	Croisez le talon devant le tibia de l'autre jambe <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
<b>Hop</b>	Petit saut exécuté sur place avec le pied porteur

## I

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

## J

<b>Jazzbox</b>	(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>
<b>Jazzbox + 1/4 tour</b>	(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>
<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> Variante : Sautez en écartant les 2 jambes, Sautez de nouveau en croisant les jambes, Finir en effectuant 1/4 ou 1/2 tour

## K

<b>Kick</b>	Coup de pied (généralement vers l'avant)
<b>Kick Ball Change</b>	(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>
<b>Kick Ball Step</b>	(1 & 2) Ex. D : Kick D avant, Ramenez le PD à côté du PG, PD avant <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
<b>Kick Ball Cross</b>	(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>
<b>Kick Ball Turn</b>	(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>
<b>Kick By Step</b>	Kick avec transfert de pied et de poids sur 1/2 temps
<b>Kick Electrique</b>	(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

<b>LOD</b>	"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
<b>Left</b>	Gauche
<b>Lock</b>	Croisez un pied derrière l'autre. <i>Ce mouvement se fait en se déplaçant vers l'avant ou l'arrière</i>

## M

<b>Military Turn</b>	(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>
<b>Military Pivot</b>	(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>
<b>Monterey Turn</b>	(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

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

## P

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

## Q - R

<b>Right</b>	Droit(e)
<b>RLOD</b>	"Rear Line Of Dance" Pour les danses de partenaire : Position dos à la ligne de danse
<b>Rock</b>	Balancer
<b>Rock Step</b>	(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>
<b>Rock &amp; Cross</b>	(1 & 2) PD à D, Ramenez le poids sur le PG, PD croisé devant le PG <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
<b>Rock &amp; Step</b>	(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>
<b>Rolling Vine ou Turning Vine</b>	(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 <sup>e</sup> temps = Touch G + Clap <i>Peut se faire dans des directions opposés</i>

## S

<b>Sailor (Step)</b>	(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>
<b>Saut Vaudeville</b>	(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>
<b>Scissor</b>	(2 temps) Lever sur les talons, Ecarter les pointes vers l'extérieur, Et revenir en position initiale
<b>Scoot</b>	(1 temps) Glissement (ou petit saut) du pied sur lequel se trouve le PDC 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 <u>avec le talon</u>
<b>Shuffle</b>	(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>
<b>Side Rock</b>	(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>
<b>Slap</b>	Frapper un talon avec une main (main opposée ou non) <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
<b>Slide</b>	Glissement au sol d'un pied vers l'autre pied <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
<b>Snap</b>	Claquer des doigts
<b>Stamp</b>	Frappez le sol avec 1 pied ET y transférer le PDC <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
<b>Step</b>	Pas
<b>Step Turn</b>	(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>
<b>Stomp</b>	Frappez le sol avec 1 pied SANS y transférer le PDC <i>Peut se faire des pieds opposés</i>
<b>Sway</b>	(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>
<b>Swivel</b>	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
<b>Swivet</b>	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, écarter la pointe droite à droite et le talon gauche à gauche en même temps, revenir au centre.

## T

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

## U - V

<b>Vine ou Grapevine</b>	(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
<b>Vine + 1/4 ou 1/2 tour</b>	(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

<b>LOD</b>	"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
<b>RLOD</b>	"Rear Line Of Dance" : Position dos à la ligne de danse
<b>ILOD</b>	"Inside Line Of Dance" : Position face à l'intérieur du cercle, dos au mur
<b>OLOD</b>	"Outside Line Of Dance" : Position face à l'extérieur du cercle, dos au centre
<b>Closed Position</b>	(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
<b>Parallel Position</b>	(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
<b>Shadow Position</b>	(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.
<b>Reversed Shadow Position</b>	(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.
<b>Sweetheart Position</b>	(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
<b>Reversed Sweetheart Position</b>	(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
<b>Skaters Position</b>	(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