



FACWA

Association Loi 1901



LEXIQUE DANSE

Apple jack :

Mouvement des pieds sur place.

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

Poids 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

Back : Arrière

Backward : Vers l'arrière

Behind : Derrière

Body roll : Mouvement circulaire du corps vers l'avant, l'arrière ou de côté

Boogie : Lever la hanche libre de poids et la déplacer d'un mouvement circulaire extérieur au pied porteur.

Boogie walk : Lever la hanche libre de poids et la déplacer d'un mouvement circulaire extérieur au pied porteur mettant le pied libre en avant.

Bop : Élévation des talons pour redescendre au sol.

Brush/scuff : Brosser le plancher avec le pied.

Bump : Sans bouger le haut du corps, fléchir les genoux balancer les hanches d'un côté ou l'autre. Les danseurs donnent un (Bump) de hanches ou fesses au partenaire.

Buttermilk : Voir " Heel Split "

Camel walk : La jambe porteuse fait un réflexe (knee pop) avant de faire un pas en avant avec le pied libre, la jambe est élançée.

CW " Clockwise " : Dans le sens des aiguilles d'une montre (de gauche à droite)

Fédération des Amis de la Country-music et du Western en Aquitaine (FACWA)

Siège social : 21 Lot La Fontaine 40500 St Sever

Tél : Aline 06.33.84.51.40 ou Aurélie 06.87.65.21.19

Email : facwaline@hotmail.fr www.country-facwa.com

Charleston : (4 temps) Step G avant, Kick D avant, Step D arrière, Pointe G arrière
Peut se faire des pieds opposés

Clap : Frapper dans les mains

Clic : Écarter un talon et le ramener en frappant l'autre talon.

Coaster step : S'exécute sur 2 temps. Premier pied vers l'arrière sur le 1er temps. Deuxième pied vient rejoindre le premier sur le $\frac{1}{2}$ temps. Le premier pied retourne en avant sur le 2e temps.

Cross : Croisé devant

Diagonale : 45° à l'écart du centre de la ligne de danse.

Dig : Toucher avec la plante ou le talon du pied libre le sol avec beaucoup d'emphase.

Dip : Déhanchement effectué sur 2 temps en partant d'un point mort haut pour descendre et remonter de l'autre côté.

Dip (corte) : Plier légèrement le genou porteur (plie) jusqu'à position assise avec la jambe libre étendu en avant.

Drag (draw) : Ramener lentement le pied libre au pied porteur, genoux plié ou fléchi.

Extension : Tendre ou allonger une partie du corps.

Fan : La jambe porteuse légèrement pliée, la jambe libre fait un mouvement circulaire devant, de côté ou à l'arrière du pied porteur.

Heel fan : pieds ensemble, le talon d'un pied fait un mouvement de côté et retourne à la position de départ.

Toe fan : pieds ensemble, la pointe d'un pied fait un mouvement de côté et retourne à la position de départ.

Fan kick : Un kick jambe allongée avec mouvement circulaire.

Freeze : Un arrêt complet, aucun mouvement.

In Front : En avant de... ou devant

Forward : Vers l'avant

Grapevine (vine) : Figure de mouvement continu de côté avec croisement arrière &/ou avant.

Fédération des Amis de la Country-music et du Western en Aquitaine (FACWA)

Siège social : 21 Lot La Fontaine 40500 St Sever

Tél : Aline 06.33.84.51.40 ou Aurélie 06.87.65.21.19

Email : facwaline@hotmail.fr www.country-facwa.com

Turning vine : Figure consistant en une (VINE) avec $\frac{1}{4}$ ou $\frac{1}{2}$ tour au compte de 3.

Heel ball cross (1&2) :

Talon D avant, Ramenez pied D à côté du pied gauche,
Croisé G devant le pied
Peut se faire des pieds opposés

Heel ball step (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
Peut se faire des pieds opposés

Heel split : Écarte les talons vers l'extérieur et les ramener en position fermée.

Heel splits (spreads) (scissors, butterflies, buttermilks, fan and pigeon toes) : Le poids sur la plante des pieds assemblés, pousser les talons vers l'extérieur sur le compte de 1 & revenir à la position départ au compte de 2.

Fast heel splits : Prendre 1 temps de musique & compter "et 1".

Heel stomps (Knee Pops) : Pliant les genoux, lever un ou les deux talons du sol, ensuite retour à la position départ.

Heel strut (2 temps) : Déposez le talon en avant, Déposez la plante du pied au sol

Hip bump : Balancement des hanches vers l'avant, vers l'arrière, de côté ou avec le partenaire

Hip lift : Action de lever la hanche en redressant la jambe libre.

Hitch : Élévation du genou.

Hold (pause) : Aucun mouvement pour un temps spécifique.

Home : Position de départ.

Hook (crochet) : Action de mouvoir le pied libre comme un pendule avant ou arrière sans toucher le sol.

Hop : Saut d'un pied et atterrir sur le même pied.

ILOD " Inside Line Of Dance " :

Pour les danses de partenaire. Position face à l'intérieur du cercle, dos au mur.

Jazz box (carré) : Une figure de danse à 4 temps, qui commence par un pas avant ou un pas croisé.

Fédération des Amis de la Country-music et du Western en Aquitaine (FACWA)

Siège social : 21 Lot La Fontaine 40500 St Sever

Tél : Aline 06.33.84.51.40 ou Aurélie 06.87.65.21.19

Email : facwaline@hotmail.fr www.country-facwa.com

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

Peut se faire sur des demi-temps

Knee pops : Voir Heel stomps

Kick : Coup de pied (pointe du pied vers le sol)

Kick ball change : Kick avant, placer la plante du même pied à côté du pied porteur avec un transfert de poids. Compter 1 & 2.

Kick ball cross (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

Peut se faire sur les pieds et direction opposés

Kick ball step (1&2) :

Kick D avant, Ramenez le pied D à coté du pied G, Pied D avant

Peut se faire des pieds opposés

Kick ball turn (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

Peut se faire sur les pieds et direction opposés

Lock : Un croisement serré des pieds en 1ère ou 2ième position.

L.O.D. : Ligne de danse (à l'inverse des aiguilles d'une montre autour de la piste de danse).

Loop turn : Un tour sous bras à gauche pour la femme et à droite pour l'homme.

Lunge : Transfert de poids de la jambe étendue à l'autre jambe qui est fléchie.

Military turn (2 temps) :

Step D avant, 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 (2 temps) :

Step D avant, Pivotez 1/2 tour vers la gauche en y déposant le poids sur le pied gauche

Fédération des Amis de la Country-music et du Western en Aquitaine (FACWA)

Siège social : 21 Lot La Fontaine 40500 St Sever

Tél : Aline 06.33.84.51.40 ou Aurélie 06.87.65.21.19

Email : facwaline@hotmail.fr www.country-facwa.com

Peut se faire sur les pieds et direction opposés

Monterey turn (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

Peut se faire sur les pieds et direction opposés

OLOD "Outside Line Of Dance" :

Pour les danses de partenaire. Position face à l'extérieur du cercle, dos au centre.

Pause : Voir Hold

Pivot : Tourner

Point : Pointer le pied libre à gauche, droite, en avant ou en arrière.

Ripple (Body-Rolls-Sakes) : Une vague commençant à une extrémité du corps et finissant à l'autre.

RLOD "Rear Line Of Dance" : Pour les danses de partenaire. Position dos à la ligne de danse

Rock & Cross (1&2) :

Pied D à droite, Ramenez le poids sur le pied G, Pied D croisé devant le pied gauche

Peut se faire des pieds opposés

Rock step (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

Peut se faire des pieds opposés

Rock & step (1&2) :

Pied D à droite, Ramenez le poids sur le pied G, Pied D à côté du pied gauche

Peut se faire des pieds opposés

Roll La partie indiquée du corps tourne à gauche ou droite.

Sailor (1&2) :

Pied D croisé derrière le pied G, Pied G à gauche, Pied D à droite

Peut se faire des pieds opposés

Sailor shuffle (exemple) :

& Pied gauche du côté gauche

1. Kick pied droit diagonalement en avant

Fédération des Amis de la Country-music et du Western en Aquitaine (FACWA)

Siège social : 21 Lot La Fontaine 40500 St Sever

Tél : Aline 06.33.84.51.40 ou Aurélie 06.87.65.21.19

Email : facwaline@hotmail.fr www.country-facwa.com

& Pied droit pas arrière

2. Croiser pied gauche devant le droit.

Si un effleurement (Brush) est fait avant un croisé arrière la figure se nomme (Sailor Shuffle).

Sailor step : Une figure de danse faite en s'inclinant direction opposée du pied croisé arrière.

Exemple : Pied droit derrière le gauche & pied gauche de côté Pied droit de côté

Scissor (2 temps) :

Lever sur les talons, écarter les pointes vers l'extérieur, et revenir en position initiale

Scoot (1 temps) :

Glissement du pied sur lequel se trouve le poids du corps vers l'avant, l'arrière ou le côté

Scooch : Deux petits pas rapprochés.

Scootch (1 temps) : Saut des 2 pieds en même temps

Scuff (1 temps) : Brosser le sol avec le talon. Voir Brush.

Shimmy : Mouvement rapide alterné des épaules à l'avant & l'arrière (Shoulder Shrug).

Shuffle (1&2) :

Cha-cha-cha.

Exemple : Pied D avant, Glissez le pied G à côté du pied D, Pied D avant .

Peut se faire des pieds opposés, en avant, en arrière ou de côté

Side rock (2 temps) :

Même que Rock Step mais de côté.

Pied D à droite, Ramenez le poids sur le pied G

Peut se faire des pieds opposés

Slap (1 temps) : Frapper le talon avec la main opposée

Slide : Glissez

Mouvement dans une direction donnée avançant le pied porteur jambe droite et glissant l'autre jambe en avant, en arrière ou de côté, ensuite retour au pied porteur.

Snap (1 temps) : Claquez des doigts

Splits : Les pieds s'écartent séparément et reviennent à la position originale l'un après l'autre.

Stamp (1 temps) : Lorsque le pied est relevé, frappez le plancher avec la plante du pied et relevez sans déposer de poids

Step turn (Pivot) (2 temps) : Step D avant, Pivoter 1/4 ou 1/2 tour, peut se faire des pieds opposés

Fédération des Amis de la Country-music et du Western en Aquitaine (FACWA)

Siège social : 21 Lot La Fontaine 40500 St Sever

Tél : Aline 06.33.84.51.40 ou Aurélie 06.87.65.21.19

Email : facwaline@hotmail.fr www.country-facwa.com

Stomp (1 temps) : Frapper le pied sans y déposer le poids.

Strut : Un pas en avant, déposer le talon et la plante du pied au sol pour un compte de 1-2 avec changement de poids sur le 2.

Toe struts : Un pas en avant, déposer la pointe ensuite le talon du pied au sol pour un compte de 1-2 avec changement de poids sur le 2.

Sway : Incliner la poitrine de côté sans bouger le torse, et étirer le côté du corps vers le haut.

Swivel : En gardant les pieds ensemble, tournez les talons vers la droite ou la gauche puis les pointes

Syncopated pattern : Toute variation d'une figure de danse.

Toe fan (2 temps) :

En gardant les pieds ensemble, ouvrez la pointe D à droite et ramenez la pointe ensemble.
Peut se faire des pieds opposés

Toe split (2 temps) :

En gardant les pieds ensemble, ouvrez les deux pointes et ramenez les pointes ensemble.

Together : Ramener les pieds ensembles avec un changement de poids.

Touch (1 temps) : Déposez la pointe ou le talon au sol en gardant le poids sur le pied opposé

Triple step (1&2) :

En demeurant sur place, faites trois pas GDG ou DGD
Peut se faire des pieds opposés

Turns paddle turn :

Un tour soit à droite ou à gauche tout en faisant des (Ball changes) changement de poids avec le $\frac{3}{4}$ du poids sur le pied qui tourne. L'autre pied pousse pour tourner.

Pivot: Un demi-tour continu dans un sens ou l'autre avec le pied avant pivotant par en avant ou par en arrière. S'exécute avec les cuisses ensembles et les pieds écartés.

Vine : voir Grapevine