



# LEXIQUE des PAS / LINE DANCE

Nom du pas

COMPTES

<b>BEHIND SIDE CROSS</b>	<b>1</b> croiser PG derrière PD ( <i>Behind</i> ) <b>2</b> PD coté D ( <i>Side</i> ) <b>3</b> Croiser PG devant PD ( <i>Cross</i> )	<b>1,2,3</b>
<b>BRUSH</b>	Action de brosser l'avant du pied " <b>Ball *</b> " sur le plancher dans un direction donnée	<b>1</b>
<b>BUMP (Hip * Bump)</b>	Coup de hanches dans la direction indiquée	<b>1</b>
<b>BOUNCE</b>	<b>1</b> Soulever et <b>2</b> abaisser le talon au sol	<b>1 2</b>
<b>CLAP</b>	Frapper des mains	<b>1</b>
<b>COASTER STEP</b>	<b>1</b> Reculer sur <b>Ball *</b> PD & Reculer sur <b>Ball *</b> PG <b>2</b> Pas PD avant	<b>1&amp;2</b>
<b>CROSS SHUFFLE</b>	<b>1</b> Croiser PD devant PG & PG Coté G <b>2</b> Croiser PD devant PG	<b>1&amp;2</b>
<b>FLICK</b>	Coup de pied arrière, genou fléchi, pointe tendue	<b>1</b>
<b>FULL TURN</b>	Tour complet: <b>1</b> PD devant, & 1/2 tour PG derrière, <b>2</b> 1/2 tour PD devant	<b>1&amp;2</b>
<b>HEEL STRUT</b>	<b>1</b> Poser le talon , <b>2</b> puis la pointe	<b>1,2</b>
<b>HITCH</b>	Elévation du genou décrivant un angle de 60 à 90 degrés	<b>1</b>
<b>HOLD</b>	Pause	<b>1</b>
<b>JAZZ BOX</b>	<b>1</b> croiser PD devant PG <b>2</b> reculer PG <b>3</b> Faire un pas de coté avec le PD <b>4</b> Avancer le PG (Peut aussi finir en Cross PG devant PD)	<b>1.2.3.4</b>
<b>JUMP</b>	Saut d'un pied sur l'autre	<b>&amp; 1</b>
<b>KICK</b>	Coup de pied dans une direction donnée	<b>1</b>

<b>K STEP</b>	<p>Dessiner un <b>K</b> sur le sol :</p> <p><b>1</b> Avancer PD dans la diagonale avant D, <b>2</b> Touch du PG à côté du PD  <b>3</b> Reculer PG dans la diagonale arrière G, <b>4</b> Touch du PD à côté du PG  <b>5</b> Reculer PD dans la diagonale arrière D, <b>6</b> Touch du PG à côté du PD  <b>7</b> Avancer PD dans la diagonale avant G, <b>8</b> Touche PD à côté du PG</p>	<p><b>1 2 3 4</b>  <b>5 6 7 8</b></p>
<b>KICK BALL CHANGE</b>	<b>1</b> Kick, & ramener sur ball* et lever le pied inverse , <b>3</b> reposer	<b>1&amp;2</b>
<b>LINDY</b>	Shuffle suivi d'un rock step arrière ou avant	<b>1 &amp; 2.3.4</b>
<b>LOCK</b>	Croiser devant ou derrière le pied opposé	
<b>MONTEREY TURN</b>	<p>Peut se faire en 1/2 ou 1/4 de tour</p> <p><b>1</b> touch pointe D coté D  <b>2</b> 1/2 ou 1/4 deTour et Rassemble PD a coté du PG  <b>3</b> Touch Pointe G coté G  <b>4</b> Rassemble PG à coté du PD</p>	<b>1.2.3.4</b>
<b>RASSEMBLE ou TOGETHER</b>	Poser le pied a coté de l'autre avec CHANGEMENT DE POID DU CORP	<b>1</b>
<b>ROCK MAMBO</b>	Rock step suivi d'un pas assemblé (Rassemble)	<b>1.2.3 ou 1&amp;2</b>
<b>ROCK STEP</b>	<p><b>1</b> PD Devant avec poids du corps, <b>2</b> balancement vers l'arrière en ramenant le poids du corps sur le PG  Peut se faire en avant, en arrière ou sur les cotés</p>	<b>1,2</b>
<b>ROCK STEP CROSS</b>	<p><b>1</b> PD côté D avec poids du corps <b>2</b> ramener le poids du corps sur le PG  <b>3</b> croiser PD devant PG  (se fait du PD ou du PG)</p>	<p><b>1 2 3</b>  ou syncopé  <b>1&amp;2</b></p>
<b>CROSS ROCK STEP</b>	<b>1</b> Croiser PD devant PG <b>2</b> Remettre le PDC sur PG	<b>1,2</b>
<b>ROCKING CHAIR</b>	Rock step avant suivi d'un Rock step arrière	<b>1.2.3.4</b>
<b>ROLLING VINE</b>	<p><b>1</b> 1/4 de tour D PD avant, <b>2</b> 1/2 tour D PG Derrière  <b>3</b> 1/4 de tour PD coté D (Il y a un déplacement vers la D comme pour le vine)</p>	<b>1.2.3.</b>

<b>RUMBA BOX</b>	<p>1 PD coté D,  &amp; Rassemble PG à coté du PD  2 Avance PD devant  3 PG coté G,  &amp; Rassemble PD à coté du PG  4 reculer PG  Peut se faire sur les compte 1 2 3 4 5 6 7 8 avec des touch en compte 4 et 8</p>	<p>1&amp;2  3&amp;4</p>
<b>SCUFF</b>	Mouvement vers l'avant du talon frappant le plancher	1
<b>SAILOR STEP</b>	1 PD croisé derrière PG, & PG à G, 2 PD à D (Derrière / Côté / Côté) (se fait du PD ou du PG)	1&2
<b>SHIMMY</b>	Mouvement alterné des épaules d'avant en arrière	1,2
<b>SHUFFLE ou PAS CHASSES</b>	<p>(Shuffle avant)  1 PD en avant,  &amp; Rassemble PG a coté du PD,  2 PD en avant  (Shuffle coté D)  1 PD coté D,  &amp; Rassemble PG a coté du PD  2 PD coté D  Peut aussi se faire sur le coté G et en arrière</p>	1&2
<b>SKATE</b>	Mouvement glissé, similaire aux mouvement d'un patineur	1
<b>SLIDE</b>	Glissement au sol d'un pied vers l'autre pied	1
<b>SNAP</b>	Claquement des doigts	1
<b>STEP TURN 1/2 Tour ou 1/4 Tour</b>	<p>1 Pas avant (<b>Poid du Corps</b> en avant)  2 Pivoter d'un 1/2 ou d'un 1/4 de tour  <u><b>AVEC CHANGEMENT DU POID DU CORPS</b></u></p>	1,2
<b>SWAY</b>	Balancement latéral	
<b>SWITCHES</b>	transfère rapide du poid	
<b>SWIVEL</b>	Mouvement effectué pieds assemblés sur place ou avec déplacement : talons, balls, pointes	
<b>TOE STRUT</b>	1 Poser la pointe du pied , 2 le talon	1,2
<b>TOUCH</b>	Déposer la pointe ou le talon dans une direction donnée <b>SANS METTRE LE POID DU CORPS</b>	1
<b>TRIPLE STEP ou Trois petits pas</b>	Ensemble de 3 pas syncopés sur place avec transfert du poids	1&2

<b>TWINKLE</b>	<p>Terme appliqué à la valse</p> <p><b>1</b> avancer PG sur diagonale avant D</p> <p><b>2</b> poser PD a coté du PG et soulever légèrement PG</p> <p><b>3</b> Reposer PG</p>	<b>1.2.3</b>
<b>UNWIND</b>	Croiser un pied devant ou derrière le pied d'appui, et effectuer une rotation pour terminer les pieds "assemblé" Tour Complet	
<b>V STEP</b>	<p><b>1</b> avancer PD dans la Diagonale D <b>OUT</b></p> <p><b>2</b> avancer PG dans la Diagonal G <b>OUT</b></p> <p><b>3</b> reculer PD <b>IN</b></p> <p><b>4</b> rassembler PG a coté du PD <b>IN</b></p>	<b>1.2.3.4</b>
<b>VINE</b>	<p><b>1</b> PD à D</p> <p><b>2</b> PG croisé derrière D</p> <p><b>3</b> PD à D</p> <p>Peut se faire vers la D ou vers la G (toujours suivi d'un 4ème pas)</p>	<b>1.2.3</b>
<b>TURNING VINE</b> (Vine 1/4 de tour)	<p><b>1</b> PD à D</p> <p><b>2</b> PG croisé derrière D</p> <p><b>3</b> 1/4 de tour PD à D</p> <p>Peut se faire vers la D ou vers la G (toujours suivi d'un 4ème pas)</p>	<b>1.2.3</b>
<b>WEAVE</b>	ensemble de 4 pas (ou plus) continus, effectués latéralement dans la même direction, avec croisement devant ou derrière, a droite ou a gauche	
<b>WEAVE 1/4 TOUR</b>	ensemble de 4 pas (ou plus) continus effectués latéralement dans la même direction, avec croisement devant ou derrière, a droite ou a gauche avec un 1/4 de tour sur le dernier pas	

<b>Back ou recule</b>	Arrière
<b>* Ball</b>	Plante du pied
<b>Behind</b>	derrière
<b>Cross</b>	Croiser
<b>Forward</b>	Devant
<b>Heel</b>	Talon
<b>* Hip</b>	Hanche
<b>In</b>	Intérieur
<b>Left</b>	Gauche
<b>Out</b>	Extérieur
<b>Right</b>	Droite
<b>Roll</b>	Rouler
<b>Side</b>	Côté

<b>Step</b>	<i>Pas</i>
<b>Toe</b>	<i>Pointe de pied</i>
<b>Together</b>	<i>Ensemble</i>
<b>Walk</b>	<i>Marcher</i>
<b>PDC*</b>	<i>Poids du corps</i>