

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
&	Indication dans la descriptif des pas, qu'un pas supplémentaire (dit "syncopé") est inséré sur un temps, soit avant le décompte de ce temps (&1), soit après (1&). Cette lettre se prononce "and" ou "et" : attention à ne pas l'utiliser en écriture pour indiquer deux actions simultanées (voir définitions de "And" ci-dessous)
(L, R, L) ou (R, L, R)	Abréviations indiquant l'ordre de déplacement du pied d'appui dans une figure de trois pas, avec L (Left Foot) pour PG (Pied Gauche), R (Right Foot) pour PD (Pied Droit)
12:00	Repère d'orientation dans l'espace d'un pas ou de fin d'enchaînement de pas, selon un cadran horaire : 12:00 désignant le mur de départ, 06:00 le mur du fond, etc...
A.k.a.	Abréviation de "Also known as" (traduit par "aussi connu sous"). Annonce un autre nom attribué à la chorégraphie
Across	Traduit par "en travers", "à travers" ou "devant" (3 mouvements sur 2 temps 1&2) Variante au 3 pas syncopés d'un "Triple Step" sur place, en réalisant un changement de PdC suivi d'un retour sur la jambe d'appui initiale. C'est un enchaînement de base en danse West Coast Swing exécuté sur les deux derniers pas de base du WCS (5&6 sur une figure à 6 temps ou 7&8 sur une 8 temps). <i>Exemple d'un "Anchor Step PD" : Rock PD croisé légèrement derrière PG avec PdC (1), retour PdC sur PG (&), léger pas arrière PD avec PdC (2)</i>
Anchor Step (PD)	
And	Idem "&" ou "and" en prononciation seulement (pas en écriture, la signification est alors différente, voir ci-après)
And	Traduit par "et" ou "avec". Indique dans la descriptif des pas, que deux actions s'effectuent simultanément. <i>Exemple d'un pas avant du PD accompagné d'un claquement des mains : step right forward and clap hands (traduit par "PD devant avec Clap")</i>
Ankle Rock (avant PD)	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) Rock Step avant ou arrière, pieds croisés (en "Lock"). <i>Exemple d'un "Ankle Rock avant PD" : Lock PG croisé devant PD (PdC sur PD) (1), retour PdC sur PG (2)</i>
Apart	Mouvement d'un pied éloigné de l'autre
Applejacks (G-D)	(4 mouvements sur place sur 2 temps &1&2) Il existe des variantes. <i>Exemple d'un Applejack à G suivi d'un Applejack à D : pivots pointe PG (PdC sur talon) avec talon PD (PdC sur pointe) à G (1), retour pointe et talon au centre (&), pivots pointe PD (PdC sur talon) avec talon PG (PdC sur pointe) à D (2), retour pointe et talon au centre (&)</i>
Baby Steps (avant PD)	(4 mouvements sur 4 temps 1-4) Quatre petits pas dans n'importe quelle direction en déplaçant un pied puis en rapprochant l'autre avec un transfert de PdC. <i>Exemple de "Baby Steps avant PD" : PD devant (1), PG à côté PD (2), PD devant (3), PG à côté PD(4)</i>
Back	Traduit par "derrière", "arrière"
Back Turn	Idem "Step Turn Back"
Back-Slide	Idem "Moonwalk"
Backward	Traduit par "en arrière", "vers l'arrière"
Backward Half Twist Turn	Idem "Unwind ½"
Balance	Traduit par "équilibre", "aplomb"
Balance Steps (avant PD)	(3 mouvements sur 3 temps 1-2-3) Pas dans une direction donnée ou sur place, avec rapprochement de l'autre pied suivi d'un "Hold" ou d'un transfert de PdC. <i>Exemple de "Balance Step avant PD" : PD devant (1), PG à côté PD (2), PD à côté PG (3)</i>
Balance Steps ½ Turn (à D)	(3 mouvements sur 3 temps 1-2-3) Déplacement d'un pied suivi d'un "Step Turn ½". <i>Exemple de "Balance Step ½ tour à D" : PD devant (1), PG devant (2), ½ tour à D (3)</i>
Ball	Traduit par "plante de pied". Il s'agit en fait de la partie avant du pied (orteils + début de plante)
Ball Change (PD)	(2 mouvements sur place sur 1 temps &1) Changement du PdC d'un pied sur l'autre. <i>Exemple d'un "Ball Change PD" : PD à côté PG avec PdC (&), transfert PdC sur PG sur place (1)</i>
Ball Cross (PD)	(2 mouvements sur place sur 1 temps &1) Changement du PdC en croisant un pied devant ou derrière l'autre. <i>Exemple d'un "Ball Cross PD" : PD à côté PG avec PdC (&), PG croisé devant PD avec transfert PdC (1)</i>

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Ball Step (PD)	(2 mouvements sur 1 temps &1) Changement du PdC d'un pied sur l'autre en avançant ou reculant ce dernier. <i>Exemple d'un "Ball Step PD" : PD à côté PG avec PdC (&), PG devant PD avec transfert PdC (1)</i>
Ball Tap	(1 mouvement sur place sur un ½ temps). Tape rapide de la plante du pied sur le sol dans une direction donnée, avec retour du pied légèrement au dessus du sol
Ball Touch	(1 mouvement sur un ½ ou 1 temps) Pose de la pointe, de la plante ou du talon du pied, devant, derrière ou à côté de l'autre pied sans PdC
Basic (à D)	(3 pas sur 2 temps 1-2&) Déplacement latéral d'un pied, suivi d'un Rock Step arrière (pied légèrement croisé). Le troisième pas syncopé peut se placer à côté, devant ou croisé devant l'autre pied. <i>Exemple de "Basic à D" : PD à D (1), Rock PG légèrement croisé derrière PD avec PdC (2), retour PdC sur PD (&)</i>
Basic Cross (à D)	Idem au "Basic" avec un "Cross" avant sur le pas syncopé. <i>Exemple de "Basic Cross à D" : grand pas PD à D (1), Rock PG légèrement derrière PD avec PdC (2), PD croisé devant PG avec PdC (&)</i>
Basic Salsa Steps Behind	idem "Mambo"
Behind Side Cross (PG)	Traduit par "derrière", "en arrière" (3 pas sur 2 temps 1&2 ou 3 temps 1-2-3) Traduit par "derrière-à côté-croisé". Mouvement le plus souvent syncopé avec trois changements de PdC : un pied croise derrière l'autre en prenant le PdC, le pied libre se place à côté avec transfert du PdC, le pied libre croise devant cette jambe d'appui en reprenant le PdC. <i>Exemple syncopé d'un "Behind Side Cross du PG" : plante PG croisée derrière PD (1), PD à D (&), PG croisé devant PD avec PdC (2)</i>
Behind Side Cross ¼ Turn (PG)	"Behind Side Cross" en ajoutant un ¼ de tour sur le 3ème pas. <i>Exemple syncopé d'un "Behind Side Cross ¼ de tour à D du PG" : plante PG croisée derrière PD (1), PD à D (&), ¼ de tour à D avec PG croisé devant PD et PdC (2)</i>
Behind Side Front (PD)	(3 pas sur 2 temps 1&2 ou 3 temps 1-2-3) Traduit par "Derrière-à côté-devant". Mouvement le plus souvent syncopé avec trois changements de PdC : un pied croise derrière l'autre en prenant le PdC, le pied libre se place à côté avec transfert du PdC, le pied libre pose devant en reprenant le PdC. <i>Exemple syncopé d'un "Behind Side Front du PD" : plante PD croisée derrière PG (1), PG à G (&), PD devant avec PdC (2)</i>
Bend	partie du corps légèrement penchée, genoux détendus
Beside	Traduit par "à côté de"
Black Botton	Idem "Charleston"
Body Angle	Orientation du corps pendant un pas et préparant l'autre pas
Body Rise	Etirement puis relâchement du corps
Body Roll	Mouvement circulaire du corps dans une direction donnée, en appui sur les deux pieds
Boogie Move	Idem "Boogie Roll"
Boogie Roll	(mouvement sur place sur 1 temps) Elévation de la hanche opposée à la jambe d'appui en lui décrivant un mouvement circulaire
Boogie Walk	Idem "Skate"
Boogie Woogie	Pieds assemblés ou en marchant, lever alternativement un talon en redescend l'autre avec un déhanchement
Bounce	Traduit par "rebond". Abréviations de "Heel Bounce"
Box Steps (avant à G)	(8 mouvements sur 8 temps 1-8) Enchaînement en décrivant un carré en 8 pas, comprenant un "Touch" ou "Hold" sur les 4ème et 8ème temps. La figure présente des variantes, elle peut être inversée, en déplacement arrière ou en pas syncopés. <i>Exemple de "Box Steps avant à G" : PG devant (1), PD à côté PG (2), PG à G (3), Touch PD à côté PG (4), PD derrière (5), PG à côté PD (6), PD à D (7), Touch PG à côté PD (8)</i>
Box Steps Syncopated (avant à D)	La "Syncopated Box Steps" est une variante de la "Box Steps" comprenant des pas syncopés. <i>Exemple de "Box Steps syncopés avant à D" (1&2-3&4) : PD à D (1), PG à côté PD (&), PD devant (2), PG à G (3), PD à côté PG (&), PG derrière (4)</i>
BPM	Abréviations de "Beat Per Minute" ou "Battement Par Minute". Indique le nombre de comptes par minute d'une musique (tempo)
Break	Arrêt ou modification dans le déroulement musical ou dans la chorégraphie. Peut aussi indiquer un changement de direction dans la danse (par exemple un "Break Turn")

Terme (exemple)	Description (exemple)
Break Turn	Idem "Step Turn"
Bridge	Traduit par "pont". Compense un Break musical (modification du tempo de la musique) par ajout de pas dans la chorégraphie pour remettre la danse en accord avec le déroulement de la musique. Similaire au "Tag" dans son objectif, le terme de "pont" est utilisé pour une séquence de pas plus importante (sans qu'il y ait de "norme" sur le sujet).
Brush	(mouvement sur place sur 1 temps) Frottement de la pointe du pied sur le sol vers l'avant ou dans la diagonale, plus rarement vers l'arrière (remarque : on n'entend pas le talon, sinon il s'agit d'un "Scuff!")
Bump	Abréviation de "Hip Bump"
Buttermilk	Idem "Heels Split"
Camel Walk (PD)	(4 mouvements sur 4 temps 1-2-3-4) Déplacement avant en 4 pas, avec 4 changements de PdC : pied devant, pieds rassemblés, Lock arrière, pied sur le côté. La jambe libre est pliée en reposant sur la pointe à chaque fois. <i>Exemple d'un "Camel Walk PD" : PD devant avec jambe G pliée sur la pointe (1), PG à côté PD avec jambe D pliée sur la pointe (2), PD croisé derrière jambe G pliée sur la pointe (3), PG à G avec jambe D pliée sur la pointe (4)</i>
CCW	Abréviation de "Counterclockwise". Dans le sens contraire des aiguilles d'une montre (de droite à gauche)
Cha Cha Cha	Idem "Triple Step" (dans la pratique, car les spécialistes notent toutefois une différence technique par rapport au sens du déplacement et donc à l'appui du pied, à plat ou sur la plante, sur le 1er et 2ème pas)
Cha Cha Step	Idem "Triple Step"
Change	Traduit par "changer" ou "changement"
Charleston	Abréviation de "Charleston Steps"
Charleston Kick	Idem "Charleston Steps" avec un Kick avant
Charleston Pattern	Idem "Charleston Steps"
Charleston Steps (PG)	(4 mouvements sur 4 temps 1-2-3-4) Enchaînement de 4 pas en avançant un pied avec PdC, suivi d'un Kick avant du pied libre (ou Touch de la pointe), puis déplacement arrière de ce même pied en prenant le PdC, en finissant avec un Touch arrière de la pointe du pied libéré. Sans précision, l'enchaînement des pas du Charleston commence par le PG. <i>Exemple du "Charleston Steps" : PG devant (1), Kick (ou Touch) avant PD (2), PD derrière (3), Touch arrière pointe PG (4)</i>
Charleston Touch	Idem "Charleston Steps" avec un Touch avant de la pointe du pied
Charleston With Swivels	Mouvements du "Charleston Steps" accompagnés de "Swivels" "In" et "Out" des talons (1&2&3&4&). <i>Exemple : PG devant avec Swivel du talon "In" (1), Swivel du talon PG "Out" (&), Kick avant PD avec Swivel du talon PG "In" (2), Swivel du talon PG "Out" (&), PD derrière avec Swivel du talon "Out" (3), Swivel du talon PD "In" (&), Touch arrière pointe PG avec Swivel du talon PD "Out" (4), Swivel du talon PD "In" (&)</i>
Chassé (ou Chasse)	Idem "Triple Step" (le terme "Chassé" est souvent utilisé pour un déplacement en Triple Step latéral)
Chassé Cross	Idem "Triple Step Cross"
Chassé Turn	Idem "Triple Step Turn"
Chug	Idem "Scoot"
Clap	Frappement des mains
Click	Idem "Snap"
Clockwise	Dans le sens des aiguilles d'une montre (de gauche à droite)
Close	Idem "Together". Retour du pied libre vers la jambe d'appui (sans changer de PdC)
Coaster	Abréviation de "Coaster Step"
Coaster Cross	Abréviation de "Coaster Step Cross"
Coaster Heel	Abréviation de "Coaster Step Heel"
Coaster Point	Abréviation de "Coaster Step Point"
Coaster Side	Abréviation de "Coaster Step Side"
Coaster Step (PD)	(3 pas sur 2 temps 1&2 ou sur 3 temps 1-2-3 pour un "Slow Coaster Step") Remarque : sans plus de précision, le "Coaster Step" sous-entend par défaut un "Coaster Step arrière". Pose plante de pied derrière l'autre avec PdC, pose plante du pied libre à côté avec transfert du PdC, pied libre légèrement devant avec PdC. <i>Exemple syncopé d'un "Coster Step du PD" : plante PD derrière (1), plante PG à côté du PD (&), PD légèrement devant avec PdC (2)</i>

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Coaster Step avant (PD)	"Coaster Step" (arrière par défaut) en inversant les pas. Exemple syncopé d'un "Coaster Step avant PD" : plante PD devant (1), plante PG à côté PD (&), PD légèrement derrière avec PdC (2)
Coaster Step Cross (PG)	"Coaster Step" finissant PdC sur pied croisé devant l'autre. Exemple syncopé d'un "Coaster Step/Cross PG" : plante PG derrière (1), plante PD à côté PG (&), PG croisé devant PD avec PdC (2)
Coaster Step Heel (PD)	"Coaster Step" finissant par un Touch avant du talon. Exemple syncopé d'un "Coaster Step Heel PD" : plante PD derrière (1), plante PG à côté du PD (&), Touch avant talon PD (2)
Coaster Step Point (à D)	"Coaster Step" finissant par un Touch latéral de la pointe de pied. Exemple syncopé d'un "Coaster Step Point PD" : plante PD derrière (1), plante PG à côté du PD (&), Touch pointe PD à D (2)
Coaster Step Side (à D)	"Coaster Step" finissant par pose du pied sur le côté. Exemple syncopé d'un "Coaster Step Side PD" : plante PD derrière (1), plante PG à côté du PD (&), PD à D avec PdC (2)
Coaster Step Touch (PD)	"Coaster Step" finissant par un Touch de la pointe de pied à côté du pied d'appui. Exemple syncopé d'un "Coaster Step Touch PD" : plante PD derrière (1), plante PG à côté du PD (&), Touch PD à côté PG (2)
Coaster Step Turn (à G)	"Coaster Step" réalisé avec ¼ ou ½ tour. Exemple syncopé de "Coaster Step ¼ tour à G" : ¼ tour à G avec plante PG derrière (1), plante PD à côté PG (&), PG légèrement devant avec PdC (2)
Coaster Touch	Abréviation de "Coaster Step Touch"
Coaster Turn	Abréviation de "Coaster Step Turn"
Conga	Idem "Triple Step Turn"
Contra Body Movement	Mouvement du haut du corps en direction différente du sens du déplacement
Corkscrew	Voir "Unwind"
Count	Traduit par "compte" ou "temps". Terme utilisé pour compter le rythme des mouvements ou les battements de la musique
Counterclockwise	Dans le sens contraire des aiguilles d'une montre (de droite à gauche)
Cross	Traduit par "croisé" ou "croiser"
Cross Ball Change	Idem "Sailor Step"
Cross Jumping Jack	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) Jump sur place en écartant légèrement les pieds à la réception (1), Jump sur place en croisant les pieds à la réception (2). L'enchaînement peut se poursuivre avec rotation d' ¼, ½ ou ¾ de tour
Cross Jumping Jack & Pivot	(3 mouvements sur place sur 3 temps 1-2-3) Jump sur place en écartant légèrement les pieds à la réception (1), Jump sur place en croisant les pieds à la réception (2), ½ tour en décroisant les jambes (3)
Cross Mambo (PD)	(3 mouvements sur place sur 2 temps 1&2) Cross/Rock avant suivi d'un Rock Step latéral du même pied. Exemple d'un "Cross Mambo PD" : PD croisé devant PG avec PdC (1), Rock PD à D avec PdC (&), retour PdC sur PG (2)
Cross Rock	Abréviation de "Cross Rock Step" (dans ce cas il s'agit de 2 mouvements sur 2 temps)
Cross Rock	(1 mouvement sur 1 temps) Rock avant ou arrière d'un pied croisé devant ou derrière l'autre en prenant le PdC
Cross Rock Recover	Idem "Cross Rock Step"
Cross Rock Step (avant PD)	(2 mouvements sur 2 temps 1-2) Rock d'un pied croisé devant ou derrière l'autre en prenant le PdC suivi d'un transfert sur place du PdC sur l'autre pied. Exemple d'un "Cross Rock Step avant du PD" : Rock PD croisé devant PG avec PdC (1), retour PdC sur PG (2)
Cross Samba	idem "Samba" ou "Samba Step"
Cross Shuffle	Idem "Triple Step Cross"
Cross Shuffle Turn	Idem "Triple Step Cross Turn"
Cross Triple	Idem "Triple Step Cross"
Crossing Shuffle	Idem "Triple Step Cross"
Cuban Motion	Léger mouvement de hanche sur des pas de "Cha Cha Cha", ce déhanchement s'effectuant du côté opposé au déplacement au moment des changements de PdC
D	Abréviation de "Droit", "à droite", "vers la droite"
Dance Floor	Traduit par "Piste de danse"
Diagonal (ou Diagonally)	Traduit par "Diagonale". Indique un déplacement avant ou arrière orienté à 45°
Dig	Abréviation de "Heel Dig"
Dig Grind	Idem "Heel Grind"

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Dip	Légère flexion de la jambe d'appui avec extension avant de la jambe libre
Dorothy Steps (avant PD)	(3 mouvements sur 2 temps 1-2&) Figure proche du "Lock Triple Step" dont le pas syncopé est placé sur le dernier pas. <i>Exemple d'un "Dorothy Steps du PD" : grand pas avant PD (1), Lock PG croisé derrière PD (2), PD rapidement devant (&)</i>
Dorothy Steps ½ Turn (à D)	(3 mouvements sur 2 temps 1-2&) "Dorothy Steps" réalisé avec un ½ tour. <i>Exemple d'un "Dorothy Steps ½ tour à D" : grand pas avant PG (1), Lock PD croisé derrière PG avec ¼ tour à D (2), ¼ tour à D avec PG derrière (&)</i>
Double Foot Boogie	(4 mouvements sur place sur 2 temps 1&2& ou 4 temps 1-2-3-4) Pivot simultané des pointes de pieds puis des talons vers l'extérieur ("Out") puis retour en position initiale en déplacements inverses ("In"). <i>Exemple syncopé de "Double Foot Boogie" : pivot des pointes de pied vers l'extérieur (1), pivot des talons vers l'extérieur (&), retour des pointes vers l'intérieur (2), retour des talons vers l'intérieur (&)</i>
Drag	Mouvement qui consiste à ramener la jambe libre légèrement pliée en la glissant sur le sol à côté de la jambe d'appui
Draw	Idem "Drag"
Dwight Step (PD)	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) Touch de la pointe du pied libre à côté du pied d'appui (genou "In") suivi d'un Touch avant du talon du même pied (genou "Out"). Les mouvements de la jambe libre provoquent d'eux même des pivots "In-Out" du talon de la jambe d'appui qu'il suffit d'amplifier. <i>Exemple d'un "Dwight Step PD" : Touch pointe PD à côté PG avec pivot talon PG à D (1), Touch avant talon PD avec pivot talon PG à G (2)</i>
Dwight Yoakam	Idem "Dwight Step"
Elvis Knee	(2 mouvements sur 1 temps &1 ou 2 temps 1-2) Jeu de jambe consistant à imiter le fameux déhanchement d'Elvis : le PdC sur une jambe tendue, lever le talon de la jambe libre en pivotant le genou fléchi vers la jambe d'appui (&), puis reposer le talon (1). Pour le style, tourner la tête du côté où pointe le genou en regardant le sol, bras écartés
Elvis Knees	Enchaînement d' "Elvis Knee" avec ou sans pause intercalée. Les mouvements peuvent aussi se superposer en démarrant un "Elvis Knee" en même temps que le talon de l'autre jambe s'abaisse
Elvis Move	Idem "Elvis Knee"
Ending	Ajout, modification de pas ou gestes dans la chorégraphie pour terminer la danse sur les dernières notes de musique face au mur de départ (12:00) et/ou avec un style particulier
Fan	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) Pivot du (des) talon(s) ou de (des) pointe(s) de pied (1), puis retour en position initiale (2)
Fan Brush	Idem "Sweep"
Fan Kick	Idem "Kick" en déplacement circulaire
Fancy Feet	Idem "Applejacks"
Final	Traduction de "Ending"
Flare	Petit "Kick" près du sol
Flea Hop	Petit saut glissé sur le côté ("Scoot" latéral), dans la direction du pied libre, avec réception sur le même pied d'appui
Flex	Traduit par "fléchi" ou "fléchir". Position du corps ou d'une partie du corps légèrement fléchie
Flick	(1 mouvement sur place sur 1 temps) Kick avant, arrière ou de côté, pointe du pied tendue et genou fléchi
Follow Through	Mouvement consistant à frôler le pied libre près de la jambe d'appui dans un enchaînement de pas
Foot	Traduit par "Pied"
Foot Boogie (PD)	(4 mouvements sur place sur 2 temps 1&2& ou 4 temps 1-2-3-4) Pivot de la pointe puis du talon d'un pied puis retour en position initiale en déplacements inverses. <i>Exemple syncopé de "Foot Boogie PD" : pivot pointe PD vers l'extérieur (1), pivot talon PD vers l'extérieur (&), pivot talon PD vers l'intérieur (2), pivot plante PD vers l'intérieur (&)</i>
Forward	Traduit par "devant", "en avant", "vers l'avant"
Freeze	Arrêt complet de tout mouvement (même des mains, contrairement au "Hold")
Front	(ou "In Front") Traduit par "Devant", "en avant de"
Full	Traduit par "complet", "entier"
Full Turn	Abréviation de "Triple Step Full Turn". Le déplacement s'effectue sur trois pas (attention à l'ambiguïté avec le "Full Turn" sur 2 pas!)

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Full Turn (<i>avant à D</i>)	(2 pas sur 2 temps 1-2) Rotation à 360° en 2 pas vers l'avant ou l'arrière en deux ½ tours (attention à l'ambiguïté avec l'abréviation "Full Turn" sur 3 pas pour un "Triple Step Full Turn"). Exemple de "Full Turn avant à D" : ½ à D avec plante PG derrière (1), ½ tour à D avec PD devant (finir PdC sur PD) (2)
Full Turning Triple	Idem "Triple Step Full Turn"
Full Twist Turn	Idem "Unwind Full Turn"
Funky Walk	Idem "Skate"
FWD	Abréviation de "Forward"
G	Abréviation de "Gauche", "à Gauche", "vers la Gauche"
Gallop	Idem "Triple Step Cross"
Grapevine	Idem "Vine"
Grind Walk (PD)	(2 mouvements sur 2 temps 1-2) "Heel Grind" avant d'un pied suivi du déplacement de l'autre en gardant le PdC sur ce talon. Exemple de "Grind Walk PD" : Touch avant talon PD avec pointe à G et PdC (1), Pivot pointe PD à D (en conservant le PdC) avec PG à G (2)
Half	Traduit par "demi" (½)
Half Box steps (<i>avant à G</i>)	(4 mouvements sur 4 temps 1-2-3-4) Réalisation des quatre premiers pas d'une "Box Steps". Exemple de "½ Box Steps avant à G" : PG devant (1), PD à côté PG (2), PG à G (3), Touch PD à côté PG (4)
Half Rumba Box	Idem "Rumba Box ½"
Half Turn	Idem "Step Turn ½"
Half Twist Turn	Idem "Unwind ½ Turn"
Heel	Traduit par "talon"
Heel Ball Change (PD)	(3 mouvements sur place sur 2 temps 1&2) Changement rapide du PdC d'un pied sur la plante de l'autre après un Touch avant du talon, puis retour du PdC sur la jambe d'appui initiale. Exemple de "Heel Ball Change du PD" : Touch avant talon PD (1), plante PD (avec PdC) à côté PG (&), PG à côté PD avec PdC (2)
Heel Ball Cross (PD)	(3 mouvements sur place sur 2 temps 1&2) Changement rapide du PdC d'un pied sur la plante de l'autre après un Touch avant du talon, puis retour du PdC sur la jambe d'appui initiale croisée devant la jambe libre. Exemple de "Heel Ball Cross du PD" : Touch avant talon PD (1), plante PD (avec PdC) à côté PG (&), PG croisé devant PD avec PdC (2)
Heel Ball Step (PD)	(3 mouvements sur place sur 2 temps 1&2) Changement rapide du PdC d'un pied sur la plante de l'autre après un Touch avant du talon, puis retour du PdC sur la jambe d'appui initiale devant la jambe libre. Exemple de "Heel Ball Step du PD" : Touch avant talon PD (1), plante PD (avec PdC) à côté PG (&), PG devant avec PdC (2)
Heel Bounce	(2 mouvements sur place sur 1 temps &1) Les pieds posés à plat sur le sol en appui sur une jambe, soulever le talon de la jambe libre (&) puis le reposer au sol (1)
Heel Dig	(1 mouvement sur 1 temps) "Touch" du sol avec le talon devant ou latéral, en "appuyant" le mouvement
Heel Fan	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) Pivot du talon du pied sur le côté en maintenant la pointe au sol (1), puis retour en position initiale sans PdC (2)
Heel Grind (PD)	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) En appui sur le talon légèrement devant avec la pointe vers l'intérieur, pivoter le talon vers l'extérieur avec transfert de PdC sur la jambe arrière. Exemple d'un "Heel Grind du PD" : "Rock" sur talon PD légèrement devant avec pointe à G ("In") et PdC (1), pivot pointe PD à D ("Out") avec retour PdC sur PG (2)
Heel Grind ¼ Turn (à D)	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) Il s'agit d'un "Heel Grind" avec ¼ tour sur place sur le 2ème temps. Exemple "Heel Grind ¼ tour à D" : "Rock" sur talon PD légèrement devant avec pointe à G ("In") et PdC (1), pivot pointe PD à D ("Out") avec ¼ tour à D et retour PdC sur PG (2)
Heel Grind Syncopated (PD)	(3 mouvements sur place sur 2 temps 1-2&) Il s'agit d'un "Heel Grind" en finissant pieds assemblés sur le 3ème pas syncopé. Exemple d'un "Heel Grind syncopé PD" : "Rock" sur talon PD légèrement devant avec pointe à G ("In") et PdC (1), pivot pointe PD à D ("Out") avec retour PdC sur PG (2), PD à côté PG (&)
Heel Jack (PG)	(4 mouvements sur 2 temps &1&2) Pas syncopés sur place effectuant un Touch avant d'un talon suivi d'un transfert de PdC sur ce pied. Exemple d'un "Heel Jack PG" : PD derrière (&), Touch avant talon PG (1), PG à côté PD (&), Touch PD à côté PG (2)

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Heel Pump (PD)	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1&2) De la position en Touch avant du talon, relever ce talon en pliant le genou puis le reposer en position initiale. <i>Exemple d'un "Heel Pump du PD" : Touch avant talon PD (1), relever légèrement le talon en pliant le genou droit (&), Touch avant talon PD (2)</i>
Heel Raise	Idem "Heel Bounce"
Heel Splits	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) Pivot d'un talon légèrement soulevé vers l'extérieur avec PdC sur l'autre pied, puis retour en position initiale
Heel Step	(2 mouvements sur 2 temps 1-2) Talon PD devant avec PdC (1), talon PG devant à côté PD avec PdC (2) (on finit PdC sur les deux talons)
Heel Stomp	Idem "Heel Bounce"
Heel Strut	(2 mouvements sur 2 temps 1-2) Touch avant du talon (1), pose de la pointe au sol avec PdC
Heel Switch (avant PD)	(2 mouvements sur place sur 1 temps 1&) Changement d'appui rapide sur place d'un pied sur l'autre à l'aide d'un petit saut ("Hop"). Cet enchaînement démarre d'un "Touch" avant du talon du pied libre. <i>Exemple d'un "Heel Switch talon PD" : Touch avant talon PD avec PdC sur PG (1), PD à côté PG avec transfert de PdC sur PD (&)</i>
Heel Tap	(1 mouvement sur place sur un ½ temps). Tape rapide du talon sur le sol dans une direction donnée, avec retour du pied légèrement au dessus du sol
Heel Twist	Idem "Grind Walk"
Heels Bounce	(2 mouvements sur place sur 1 temps &1) Le PdC réparti sur les pieds posés à plat, soulever les talons (&) puis les reposer au sol (1). Le "Heels Bounce" peut s'effectuer avec une rotation sur place à D ou à G sur un angle donné.
Heels Bounces	(4 mouvements sur place sur 2 temps &1&2), Enchaînement de deux "Heels Bounce" ou plus. Les mouvements peuvent s'effectuer avec une rotation sur place à D ou à G sur un angle donné (¼, ½ ou tour complet)
Heels Splits	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2 ou 1 temps &1) Pivot des talons légèrement soulevés vers les extérieurs avec PdC sur les plantes, puis retour des talons en position initiale
Heels Spread	Idem "Heels Split"
Heels Stand	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) Lever les pointes de pied en appui sur les talons (1), retour des pointes sur le sol (2)
Heels Stomps	Idem "Heels Bounces"
Heels Switches (avant PD-PG)	(4 mouvements sur place sur 2 temps 1&2&) Enchaînement de deux ou plusieurs "Heel Switch" alternativement d'un pied puis de l'autre. <i>Exemple de "Heels Switches avant PD-PG" : Touch avant talon PD avec PdC sur PG (1), PD à côté PG avec transfert de PdC sur PD (&), Touch avant talon PG avec PdC sur PD (2), PG à côté PD avec transfert de PdC sur PG (&)</i>
Hell Touch	Voir "Touch" du talon (devant, latéral ou en diagonale)
Hip	Traduit par "hanche"
Hip Bump	(mouvement sur place sur 1 temps) Coup de hanche avec transfert du PdC du même côté dans une direction donnée (droite, gauche ou diagonale avant ou arrière)
Hip Grind	(mouvement sur place sur 1 temps) Mouvement de hanche "sensuel" de bas en haut avec transfert du PdC du même côté dans une direction donnée
Hip Lift	(mouvement sur place sur 1 temps) Elévation d'une hanche avec Touch de la pointe de pied du même côté, en restant PdC sur l'autre jambe
Hips Roll	Mouvement circulaire du bassin vers une direction donnée sans bouger le haut du corps, avec ou sans transfert de PdC. Pour un style plus sensuel, les bras peuvent être relevés dans certaines chorégraphies
Hitch	(mouvement sur place sur 1 temps) Elévation du genou (sans sauter) parallèlement au sol, vers l'avant, le côté opposé à la jambe d'appui ou croisé devant la jambe d'appui
Hold	(pause sur 1 temps) Traduit par "pause". Période d'arrêt dans la danse pendant laquelle le danseur reste les pieds immobiles (mais peut éventuellement effectuer des gestes ou prendre une attitude)
Home	Retour à l'endroit initial
Hook	(mouvement sur place sur 1 temps) Croisement du pied (pointe tendue) devant ou derrière le tibia de la jambe d'appui
Hook Combination	(4 mouvements sur place sur 2 temps 1&2& ou 4 temps 1-2-3-4) Combinaison de mouvements d'un pied insérant un Hook : Touch avant du talon dans diagonale (1), Hook devant le tibia de la jambe d'appui (2), Touch talon dans diagonale avant (3), rassembler à côté de la jambe d'appui (4)

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Hop	(mouvement sur 1 temps) Petit saut/réception sur un pied sur place, de côté, devant ou en arrière
In	Traduit par "intérieur", "vers l'intérieur"
In Front	Traduit par "devant"
In Place	Traduit par "sur place", "au même endroit"
Inside	Traduit par "intérieur", "à l'intérieur"
Irish Heel (PD)	(3 mouvements sur place sur 2 temps 1&2) Touch avant (ou diagonale) du talon, pied libre à côté du pied d'appui avec transfert de PdC, Touch du pied libre à côté du pied d'appui. Les mains peuvent être posées sur les hanches. <i>Exemple d'un "Irish Heel du PD" : Touch avant talon PD (1), PD à côté PG (&), Touch PG à côté PD (2)</i>
Isolation	Mouvement d'une partie du corps indépendamment de l'autre
Jambe d'appui	Idem "Poids du Corps" (Abréviation "PdC") Traduction de "Weight". Jambe sur laquelle repose le poids du corps
Jazz Box (PD)	(4 mouvements sur 4 temps 1-2-3-4) Croiser un pied devant l'autre en prenant le PdC, reculer le pied libre avec transfert du PdC, rassembler avec transfert du PdC, poser le pied libre devant avec PdC. Le "Jazz Box" peut compter un pas supplémentaire ("Syncopated Jazz Box") et le dernier pas peut s'accompagner d'un "Scuff", "Hitch", "Touch", "Cross",... ou d'un changement de direction en ¼ ou un ½ tour. <i>Exemple d'un "Jazz Box du PD" : PD croisé devant PG (1), PG derrière (2), PD à D (3), PG devant PD (4)</i>
Jazz Box ¼ Turn (PD)	Idem "Jazz Box" mais en ajoutant un ¼ tour sur le 3ème temps. <i>Exemple d'un "Jazz Box PD ¼ tour à D" : PD croisé devant PG (1), PG derrière (2), ¼ à D avec PD devant (3), PG devant (4)</i>
Jazz Box ½ Turn (PD)	Idem "Jazz Box" mais en ajoutant un ½ tour sur le 3ème temps. <i>Exemple d'un "Jazz Box du PD avec ½ tour à D" : PD croisé devant PG (1), PG derrière (2), ½ à D avec PD devant (3), PG devant (4)</i>
Jazz Box Cross (PD)	Idem au "Jazz Box" en croisant un pied devant l'autre sur le dernier temps. <i>Exemple d'un "Jazz Box croisé du PD" : PD croisé devant PG (1), PG derrière (2), PD à D (3), PG croisé devant PD (4)</i>
Jazz Box Kick (PD)	idem "Jazz Box" mais en remplaçant le 4ème temps par un "Kick". <i>Exemple d'un "Jazz Box PD Kick" : PD croisé devant PG (1), PG derrière (2), PD à D (3), Kick avant PG (4)</i>
Jazz Box Syncopated (PD)	(5 mouvements sur 4 temps 1-2&3-4) La "Syncopated Jazz Box" insère un pas supplémentaire syncopé au milieu de l'enchaînement. <i>Exemple d'un "Jazz Box syncopé du PD" : PD croisé devant PG (1), PG derrière (2), PD à D (&), PG croisé devant PD (3), PD à D (4)</i>
Jazz Box Touch (PG)	idem "Jazz Box" mais en remplaçant le 4ème temps par un "Touch". Sans précision, le "Touch" s'effectue à côté de la jambe d'appui (mais peut être aussi réalisé de la pointe du pied devant ou derrière). <i>Exemple d'un "Jazz Box PG Touch" : PG croisé devant PD (1), PD derrière (2), PG à G (3), Touch PD à côté PG (4)</i>
Jazz Box Triangle (PD)	(4 pas sur 4 temps 1-2-3-4 avec 4 changements de PdC) Idem au "Jazz Box" mais en rassemblant le pied à côté de l'autre sur le 4ème temps. <i>Exemple d'un "Jazz Triangle du PD" : PD croisé devant PG (1), PG derrière (2), PD à D (3), PG à côté PD (4)</i>
Jazz Box with Toe Strut (PD)	(8 mouvements sur 8 temps 1 à 8) "Jazz Box" exécuté en "Toe Struts". <i>Exemple d'un Jazz Box PD en Toe Struts : Touch pointe PD croisée devant PG (1), pose talon PD avec PdC (2), Touch arrière pointe PG (3), pose talon PG avec PdC (4), Touch pointe PD à D (5), pose talon PD (6), Touch pointe PG croisée devant PD (7), pose talon PG avec PdC (8)</i>
Jazz Square	Idem "Jazz Box"
Jazz Triangle	Abréviation de "Jazz Box Triangle"
Jump	(mouvement sur 1 temps) Petit saut avant, arrière ou de côté simultané des deux pieds légèrement serrés. Souvent le "Jump" est effectué en déplacement syncopé un pied après l'autre (&1)
Jump Apart	(mouvement sur place sur 1 temps) Petit saut avant, arrière ou de côté des deux pieds légèrement écartés à la réception
Jump Out-In	Idem "Jumping Jack"
Jump Together	(mouvement sur place sur 1 temps) Petit saut avant, arrière ou de côté des deux pieds en les rassemblant à la réception

Terme (exemple)	Description (exemple)
Jumping Jack	(mouvement sur place de 2 temps 1-2) Deux petits sauts en écartant les pieds à la réception, puis second petit saut en les croisant à la réception. L'enchaînement pourra se poursuivre avec une rotation en $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ ou $\frac{3}{4}$ de tour
Jumping Jack Turn	(mouvement sur place de 3 temps 1-2-3) "Jumping Jack" suivi d'une rotation (décroisé) en $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ ou $\frac{3}{4}$ de tour
Kick	(mouvement sur place sur un $\frac{1}{2}$ ou 1 temps) Extension de la jambe pointe de pied tendue au dessus du sol, dans n'importe quelle direction
Kick Ball Back (PD)	(3 pas sur place sur 2 temps 1&2) Transfert rapide du PdC d'un pied sur la plante de l'autre après un Kick, puis retour du PdC sur la jambe d'appui initiale. <i>Exemple d'un "Kick Ball Back du PD" : Kick avant PD (1), plante PD (avec PdC) à côté PG (&), PG légèrement derrière avec PdC (2)</i>
Kick Ball Change (PD)	(3 pas sur place sur 2 temps 1&2) Changement rapide du PdC d'un pied sur la plante de l'autre après un Kick, puis retour du PdC sur la jambe d'appui initiale. <i>Exemple d'un "Kick Ball Change du PD" : Kick avant PD (1), plante PD (avec PdC) à côté PG (&), PG (avec PdC) à côté PD (2)</i>
Kick Ball Cross (PD)	(3 pas sur place sur 2 temps 1&2) Transfert rapide du PdC d'un pied sur la plante de l'autre après un Kick, puis retour du PdC sur la jambe d'appui initiale croisée devant l'autre. <i>Exemple avec un "Kick Ball Cross du PD" : Kick avant PD (1), plante PD (avec PdC) à côté PG (&), PG (avec PdC) croisé devant PD (2)</i>
Kick Ball Heel (PD)	(3 pas sur 2 temps 1&2) Changement rapide du PdC d'un pied sur la plante de l'autre après un Kick, puis Touch avant du pied libre. <i>Exemple avec un "Kick Ball Heel du PD" : Kick avant PD (1), plante PD (avec PdC) à côté PG (&), Touch avant talon PG (avec PdC sur PD) (2)</i>
Kick Ball Out	Idem "Kick Ball Side"
Kick Ball Point (à G)	(3 pas sur 2 temps 1&2) Changement rapide du PdC d'un pied sur la plante de l'autre après un Kick, puis Touch du pied libre sur le côté. <i>Exemple avec un "Kick Ball pointe à G" : Kick avant PD (1), plante PD (avec PdC) à côté PG (&), Touch pointe PG à G (2)</i>
Kick Ball Side (PD)	(3 pas sur 2 temps 1&2) Changement rapide du PdC d'un pied sur la plante de l'autre après un Kick, puis transfert du PdC sur la jambe libre sur le côté. <i>Exemple avec un "Kick Ball Out du PG" : Kick avant PD (1), plante PD (avec PdC) à côté PG (&), PG à G avec PdC (2)</i>
Kick Ball Step (PD)	(3 pas sur 2 temps 1&2) Changement rapide du PdC d'un pied sur la plante de l'autre après un Kick, puis retour du PdC sur la jambe d'appui initiale légèrement devant. <i>Exemple avec un "Kick Ball Step du PD" : Kick avant PD (1), plante PD (avec PdC) à côté PG (&), PG (avec PdC) devant PD (2)</i>
Kick Ball Touch (PD)	(3 pas sur 2 temps 1&2) Changement rapide du PdC d'un pied sur la plante de l'autre après un Kick, puis Touch du pied libre à côté du pied d'appui. <i>Exemple avec un "Kick Ball Touch du PD" : Kick avant PD (1), plante PD (avec PdC) à côté PG (&), Touch PG à côté PD (2)</i>
Kick Ball Turn (PD $\frac{1}{4}$ tour à G)	(3 pas sur 2 temps 1&2) Changement rapide du PdC d'un pied sur la plante de l'autre après un Kick, puis retour du PdC sur la jambe d'appui initiale légèrement devant après un $\frac{1}{4}$ ou $\frac{1}{2}$ tour. <i>Exemple avec un "Kick Ball Step PD $\frac{1}{4}$ tour à G" : Kick avant PD (1), plante PD (avec PdC) à côté PG (&), $\frac{1}{4}$ tour à G avec PG devant (avec PdC) (2)</i>
Kick Plante Change	Français idem "Kick Ball Change"
Kick Step Point	Idem "Kick Ball Point"
Knee Pop (PD)	(2 mouvements sur place sur 1 temps &1) Rotation du genou de la jambe libre fléchie vers l'avant et l'extérieur ("Out") en relevant le talon du sol, puis pose du talon en redressant la jambe. <i>Exemple d'un "Knee Pop PD" : Touch avant pointe PD avec pivot du genou D à D (&), pose talon PD (1)</i>
Knee Roll	Idem "Knee Pop"
Knees Pop	(2 mouvements sur place sur 1 temps &1) "Knee Pop" des deux genoux en même temps
L	Abréviation de "Left"
Leap	Traduit par "saut". Saut d'un pied avec réception sur l'autre
Left	Traduit par "Gauche", "à gauche", "vers la gauche"
Left	Abréviation de "Left Foot" (Pied Gauche)
Left Foot	Traduit par "Pied Gauche"
Leg Swing	Idem "Rondé"
LF	Abréviation de "Left Foot". Traduit par "Pied Gauche" ou "PG"

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Lock	Mouvement consistant à croiser un pied serré derrière ou devant l'autre avec un transfert de PdC. Cette figure s'effectue lors d'un déplacement avant, arrière ou en diagonale
Lock Back	Abréviation de "Step Lock Step Back" (dans ce cas le mouvement s'exécute en 3 pas vers l'arrière)
Lock Back	Abréviation de "Step Lock Back" (dans ce cas le mouvement s'exécute en 2 pas vers l'arrière)
Lock Forward	Abréviation de "Step Lock Step Forward" (dans ce cas le mouvement s'exécute en 3 pas vers l'avant)
Lock Forward	Abréviation de "Step Lock Forward" (dans ce cas le mouvement s'exécute en 2 pas vers l'avant)
Lock Step	Abréviation de "Step Lock Step" (dans ce cas le mouvement s'exécute en 3 pas vers l'avant ou l'arrière)
Lock Step (avant PD)	(2 mouvements sur 1 temps 1& ou 2 temps 1-2) Pied libre croisé devant (ou derrière) la jambe d'appui, suivi d'un pas vers l'avant (ou l'arrière) avec transfert de PdC. <i>Exemple d'un "Lock Step avant PD" : PdC sur PG avec PD croisé devant PG, PD devant avec transfert PdC</i>
Lock Step Back	Abréviation de "Step Lock Step Back" (dans ce cas le mouvement s'exécute en 3 pas vers l'arrière)
Lock Step Forward	Abréviation de "Step Lock Step Forward" (dans ce cas le mouvement s'exécute en 3 pas vers l'avant)
Lock Triple	Abréviation de "Lock Triple Step"
Lock Triple Step (avant PD)	(3 mouvements sur 2 temps 1&2) Déplacement en "Triple Step" dans lequel le pied libre vient croiser près du pied d'appui ("Lock") avec changement du PdC. L'enchaînement peut s'exécuter vers l'avant, l'arrière et en diagonale. La figure est similaire au "Step Lock Step" syncopé (1&2). <i>Exemple d'un "Lock Triple Step avant PD" : PD devant (1), Lock PG croisé derrière PD avec transfert PdC(&), PD devant (2)</i>
Locking Chassé	Idem "Lock Triple Step"
Lunge	(1 mouvement sur 1 temps) Position sur place consistant à tendre la jambe libre, en appui sur l'autre jambe légèrement pliée
Mambo	(3 mouvements sur place sur 2 temps 1&2 ou 1-2& ou sur 3 temps 1-2-3). Il s'agit d'un Rock Step avant, arrière ou latéral suivi d'un pas du même pied en direction opposée ou sur place
Mambo ½ Turn (à G)	(3 mouvements sur place sur 2 temps 1&2) Déplacement en 3 pas avec ¼ de tour, un "Cross" arrière et un second ¼ de tour. <i>Exemple de "Mambo avant ½ tour à G" : ¼ tour à G avec PG devant (1), PD croisé derrière PG (&), ¼ tour à G avec PG devant (2)</i>
Mambo Back (PD)	(3 mouvements sur place sur 2 temps 1&2 ou 1-2& ou sur 3 temps 1-2-3) "Mambo" avec le Rock effectué derrière. <i>Exemple d'un "Mambo arrière PD" : Rock arrière PD avec PdC (1), retour PdC sur PG (&), PD à côté PG (ou devant) avec PdC (2)</i>
Mambo Cross (PD)	(3 mouvements sur place sur 2 temps 1&2 ou 1-2& ou sur 3 temps 1-2-3) "Rock Step latéral" suivi d'un Cross/Rock avant du même pied. <i>Exemple d'un "Mambo Cross du PD" : Rock PD à D avec PdC (1), retour PdC sur PG (&), PD croisé devant PG avec PdC (2)</i>
Mambo Forward (PD)	(3 mouvements sur place sur 2 temps 1&2 ou 1-2& ou sur 3 temps 1-2-3) "Mambo" avec le Rock effectué devant. <i>Exemple d'un "Mambo avant PD" : Rock avant PD avec PdC (1), retour PdC sur PG (&), PD à côté PG (ou derrière) avec PdC (2)</i>
Mambo Side (à G)	ou "Side Mambo" (3 mouvements sur place sur 2 temps 1&2 ou 1-2& ou sur 3 temps 1-2-3). "Mambo" avec le Rock effectué à G ou à D. <i>Exemple avec un "Mambo latéral à G" : Rock PG à G avec PdC (1), retour PdC sur PD (&), PG à côté PD avec PdC (2)</i>
Mambo Step Back	Idem "Mambo Back"
Mambo Step Forward	Idem "Mambo Forward"
Mambo Touch (avant PD)	(3 mouvements sur place sur 2 temps 1&2 ou 1-2& ou sur 3 temps 1-2-3) "Mambo" finissant par un "Touch". <i>Exemple d'un "Mambo Touch avant du PD" : Rock avant PD avec PdC (1), retour PdC sur PG (&), Touch pointe PD à côté PG (2)</i>
Mash Potato	Idem "Mashed Potatoes"

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Mashed Potatoes (arrière PD)	(4 mouvements sur 2 temps &1&2) Pas syncopés vers l'avant ou l'arrière en réalisant une série de Heels Splits et Swivels en nombre variable. Des variantes sont possibles. Exemple de "Mashed Potatoes arrière PD" : écarter les talons ("Out") (&), glisser PD légèrement derrière PG avec les talons ("In") (1), Ecarter les talons ("Out") (&), glisser PG légèrement derrière PD avec les talons ("In") (2)
Military Pivot	Idem "Step Turn ½"
Military Turn	Idem "Step Turn ½"
Monterey ¼ Turn	Idem "Monterey Turn" mais en réalisant un ¼ tour sur le 2ème temps
Monterey ½ Turn	Idem "Monterey Turn" (qui par défaut se réalise avec un ½ tour)
Monterey ¾ Turn	Idem "Monterey Turn" mais en réalisant un ¾ tour sur le 2ème temps
Monterey Full Turn	Idem "Monterey Spin"
Monterey Spin	Idem "Monterey Turn" mais en réalisant un tour complet à 360° sur le 2ème temps (donner de l'impulsion sur la pointe de pied au temps 1 pour réaliser cette rotation)
Monterey Turn (½ tour à D)	(4 mouvements sur place sur 4 temps 1-2-3-4) Touch pointe de pied sur le côté (1), rotation du côté du pied pointé en le glissant près de l'autre pied avec transfert de PdC (2), Touch pointe du pied libre sur le côté (3), glisser le pied pointé à côté de l'autre. La rotation peut s'effectuer sur ¼, ½ ou ¾ de tour. Exemple d'un "Monterey Turn ½ tour à D : Touch pointe PD à D (1), ½ tour à D en glissant PD à côté PG avec transfert du PdC sur PD (2), Touch pointe PG à G (3), rassembler en glissant PG à côté PD en prenant PdC sur PD (4)
Moonwalk (arrière PD)	(2 mouvements, ou plus, sur 2 temps 1-2, ou plus) Déplacements glissés arrières (plus rarement en avant) donnant l'illusion d'un déplacement avant par les mouvements du corps : lors du Slide arrière, avancer la tête et les épaules puis les reculer juste avant le déplacement suivant. Exemple d'un "Moonwalk arrière PD" (sur 4 temps) : Slide arrière PD avec genoux G avant fléchi (1), Slide arrière PG avec genoux D avant fléchi (2), Slide arrière PD avec genoux G avant fléchi (3), Slide arrière PG avec genoux D avant fléchi (4)
Nanigo	Mouvements rapides des hanches d'avant en arrière, genoux légèrement fléchis (déhanchement réalisé en danses latines et Swing)
Nightclub Basic (à D)	(3 mouvements sur 2 temps 1-2&) Déplacement syncopé avec un grand pas latéral suivi d'un Rock Step arrière. Exemple d'un "Nightclub Basic à D" : grand pas PD à D (1), Rock arrière PG avec PdC (2), retour PdC sur PD (&)
Nightclub Basic ¼ Turn (à D)	Idem "Nightclub Basic" avec ¼ de tour sur le 1er pas. Exemple d'un "Nightclub Basic à D du PG" : ¼ tour à D avec grand pas PG à G (3), Rock arrière PD avec PdC (2), retour PdC sur PG (&)
Out	Traduit par "extérieur", "vers l'extérieur"
Out Out - In In	Idem "Syncopated Split"
Outside	Traduit par "extérieur", "à l'extérieur"
P	Abréviation de "Pied"
Paddle (ou Step Paddle)	Abréviation de "Paddle Turn"
Paddle 1/4 (ou 1/8)	Abréviation de "Paddle ¼ Turn" (ou "Paddle 1/8 Turn")
Paddle Turn (¼ à G)	(2 mouvements sur place sur 1 ou 2 temps 1& ou 1-2) Rotation à D ou à G sur le pied d'appui à l'aide d'une légère et brève impulsion du pied libre. Exemple d'un "Paddle Turn ¼ à G" : plante PD devant (1), ¼ à G en appui sur plante PG (&)
Patty Cake	Série de "Claps" effectuée sur une partie du corps ou avec d'autres danseurs
Pause	Traduction de "Hold"
PD	Abréviation de "Pied Droit"
PdC	Abréviation de "Poids du Corps". Traduction de "Weight". Côté où repose le poids du corps sur la jambe d'appui
Pelvic Thrust	Idem "Semicuban"
PG	Abréviation de "Pied Gauche"
Phrase (ou Phrased)	Une danse est dite "phrasée" lorsque la chorégraphie répète des enchainements de pas pour s'adapter à des séquences musicales répétitives
Pigeon Heels	Idem "Heels Split"
Pigeon Toed Movement (à D)	Déplacement latéral en appui en alternance sur le talon d'un pied et la plante de l'autre tout en écartant puis en rassemblant alternativement les pointes et les talons. Exemple de "Pigeon Toed Movement" à D : pointe PD "Out" avec PdC sur talon et talon PG "In" avec PdC sur pointe, pose des deux pieds à plat (pointes écartées), talon PD "Out" avec PdC sur pointe et pointe PG "In" avec PdC sur talon, pose des deux pieds à plat (talons écartés)

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Pigeon Toes	Idem "Toes Split" ou "Heels Split"
Pivot (ou Pivot Turn)	Idem "Step Turn"
Pivot Monterey	Idem "Monterey Turn"
Pivot Turn	Idem "Step Turn"
Platform Spin	"Spin" en tour complet sur les deux pieds serrés
Poids du Corps	(Abréviations "PdC") Traduction de "Weight". Côté où repose le poids du corps sur la jambe d'appui
Point	Idem "Touch" de la pointe de pied, mais éloignée de la jambe d'appui dans la direction indiquée
Pop	Mouvement brusque d'une partie du corps dans une direction donnée. Par exemple un "Pop" avant du genou ou un "Pop" avant du torse
Prissy Walk	(mouvement sur 1 temps) Déplacement avant (ou arrière) d'un pied légèrement croisé devant (ou derrière) l'autre en prenant le PdC
Prissy Walks (avant PD-PG)	(2 mouvements sur 2 temps 1-2) Déplacement avant ou arrière en alternant un léger croisement d'une jambe devant l'autre. <i>Exemple de "Prissy Walks avant PD-PG" : PD croisé légèrement devant PG avec PdC (1), PG croisé légèrement devant PD avec PdC (2)</i>
Push Turn	Idem "Paddle Turn"
Q	Abréviations de "Quick"
Quick	Traduit par "vite" ou "rapide"
R	Abréviations de "Right"
Recover	Traduit par "retour en position initiale"
Repeat	Traduit par "répéter" (renouveler l'action, un pas ou une figure)
Restart	Emplacement précis de la chorégraphie à partir duquel on reprend la danse à son début
Reverse Pivot	Idem "Step Turn Back". C'est un "Pivot" mais dont le premier pas s'effectue vers l'arrière
RF	Abréviations de "Right Foot". Traduit par "Pied Droit" ou "PD"
Right	Traduit par "Droit", "à droite", "vers la droite"
Right	Abréviations de "Right Foot"
Ripple	Idem "Body Roll"
Rise	Traduit par "élévation", "relèvement" ou "poussée"
Rise And Fall	Monter sur les pointes de pieds en étirant le corps, puis redescendre les talons avec un relâchant du corps
Rock	(mouvement sur 1 temps) Pose du pied dans une direction en prenant appui dessus. Le Rock peut s'effectuer le pied sur le côté, devant ou derrière l'autre pied, en le croisant ou pas
Rock & Cross	Idem "Mambo Cross" ou "Rock Step/Cross"
Rock & Step	Idem "Mambo".
Rock Recover	Idem "Rock Step"
Rock Step (avant PD)	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) Pose du pied dans une direction donnée en prenant le PdC puis retour du PdC sur l'autre pied. Le "Rock Step" peut s'exécuter dans n'importe quelle direction : devant (Forward), derrière (Back), à gauche (Left), à droite (Right) ou en diagonale (Diagonally). <i>Exemple du "Rock Step avant PD" : PD devant avec PdC (1), retour PdC sur PG (2)</i>
Rock Step Recover	Idem "Rock Step"
Rock Step Side	Idem "Rock Step" mais réalisé uniquement latéralement
Rock Step Skipping (PD)	(3 mouvements sur 2 temps 1&2) "Rock Step" dans lequel est inséré un Skip (ou Scoot = petit saut glissé) sur le pied du Rock. <i>Exemple d'un "Rock Step avant PD avec Skip arrière" : Rock avant PD avec PdC, Skip arrière sur PD, retour PdC sur PG</i>
Rock Step Syncopated	(ou "Syncopated Rock Step") Idem au "Rock Step" mais dont les 2 mouvements sont effectués sur 1 temps (&1)
Rock Step/Cross (avant PD)	(3 mouvements sur place sur 2 temps 1&2) "Rock Step" auquel est ajouté un 3ème pas, croisée devant ou derrière la jambe d'appui initiale. <i>Exemple d'un "Rock Step/Cross avant PD" : Rock PD à D avec PdC (1), retour PdC sur PG (&), PD croisé devant PG (2)</i>
Rocking Chair (avant PD)	(4 mouvements sur place sur 4 temps 1-2-3-4) Enchaînement d'un Rock Step avant (ou arrière), suivi d'un Rock Step arrière du même pied (ou avant). <i>Exemple d'un "Rocking Chair avant PD" : Rock avant PD avec PdC (1), retour PdC sur PG (2), Rock arrière PD avec PdC (3), retour PdC sur PG (4)</i>
Rodeo Kicks	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) "Kick" avant suivi d'un "Kick" latéral en restant sur la jambe d'appui

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Roll	Traduit par "roulement". Mouvement circulaire du corps ou d'une partie du corps dans une direction donnée
Roll Hips	Idem "Hips Roll"
Roll Knee	Idem "Knee Pop"
Rolling Turn (ou Full Rolling Turn)	Idem "Rolling Vine"
Rolling Vine (à D)	(3 mouvements sur 3 temps 1-2-3) Déplacement dans une direction donnée en 3 pas (non syncopé) avec rotation à 360°. Le nombre de pas peut être supérieur et augmenter ainsi le nombre de pivots. <i>Exemple d'un "Rolling Vine à D" : ¼ tour à D avec PD devant (1), ½ tour à D avec PG derrière (2), ¼ tour à D avec PD près du PG (3)</i>
Rolling Vine 1¼ (à D)	(3 mouvements sur 3 temps 1-2-3) C'est un "Rolling Vine" auquel est ajouté ¼ de tour sur le 3ème pas. <i>Exemple d'un "Rolling Vine 1¼ à D" : ¼ tour à D avec PD devant (1), ½ tour à D avec PG derrière (2), ½ tour à D avec PD près du PG (3)</i>
Romps	Idem "Heel Jack"
Rondé	(Mouvement sur 1 temps) Déplacement circulaire dans une direction donnée, de la jambe libre tendue (pied tendu) au dessus du sol. La jambe d'appui est légèrement fléchie.
Rumba Box (à D syncopé)	(6 mouvements sur 6 temps 1-2-3-4-5-6 ou 4 temps syncopés 1&2-3&4) Cet enchaînement de 6 pas peut s'effectuer avec un départ à D, à G et vers l'avant ou l'arrière ("Reverse") et peut présenter des variantes ("Modified"). <i>Exemple d'une "Rumba Box syncopée à D" : PD à D (1), PG à côté PD (&), PD devant (2), PG à G (3), PD à côté PG (&), PG derrière (4)</i>
Rumba Box ½ (avant à D)	ou "Half Rumba Box" (1-2-3 ou 1&2). Idem à une moitié de "Rumba Box" <i>Exemple d'une "Rumba Box ½ avant à D" : PD à D (1), PG à côté PD (2), PD devant avec PdC (3)</i>
Rumba Box Modified (avant à D)	(8 mouvements sur 8 temps 1-2-3-4-5-6-7-8) Variante d'une "Rumba Box" dans laquelle est inséré un temps supplémentaire après chaque "½ Rumba" et pendant lequel on exécute une "pause", un "Scuff" ou un "Touch". <i>Exemple de "Rumba Box avant à D modifiée avec pauses" : PD à D (1), PG à côté PD (2), PD devant (3), pause (4), PG à G (5), PD à côté PG (6), PG derrière (7), pause (8)</i>
Rumba Box Reverse	C'est une "Rumba Box", "½ Rumba Box" ou "Modified Rumba Box" qui démarre vers l'arrière
Rumba Step	Idem "Rumba Box"
Rumba Walk	Marche avec un déhanchement rotatif en arrière
Run	Petit pas rapide
Running	déplacement en petits pas rapides
Running Man (PD)	(4 mouvements sur 2 temps 1&2&, ou plus) Pas syncopés avec pied devant et Scoot arrière sur le même pied avec Hich de la jambe libre. <i>Exemple de "Running Man PD" : PD devant (1), Scoot arrière PD avec Hitch genou G (&), PG devant (2), Scoot arrière PG avec Hitch genou D (&)</i>
S	Abréviation de "Slow"
Sailor	Abréviation de "Sailor Step"
Sailor ¼ (ou Sailor Turn ¼)	Abréviation de "Sailor Step Turn" avec ¼ de tour
Sailor ½ (ou Sailor Turn ½)	Abréviation de "Sailor Step Turn" avec ½ tour
Sailor ¾ (ou Sailor Turn ¾)	Abréviation de "Sailor Step Turn" avec ¾ de tour
Sailor Cross	Abréviation de "Sailor Step Cross"
Sailor Shuffle	Idem "Sailor Step"
Sailor Step (PD)	(3 pas sur place sur 2 temps 1&2) Le pied libre croise derrière la jambe d'appui en y transférant le PdC, la plante de pied avant libre se place à côté de l'autre en reprenant le PdC, puis pose du pied légèrement devant. La figure peut s'accompagner d'un changement de direction et peut se terminer en "Touch" ou en "Cross". <i>Exemple du "Sailor Step PD" : plante PD croisée derrière PG (1), plante PG à G (&), PD légèrement devant avec PdC (2)</i>
Sailor Step Cross (PD)	"Sailor Step" finissant avec le pied d'appui croisé devant jambe libre. <i>Exemple du "Sailor Step Cross PD" : plante PD croisée derrière PG (1), plante PG à G (&), PD croisé devant PG avec PdC (2)</i>
Sailor Step Heel Touch (PG)	"Sailor Step" finissant en Touch avant du talon sur le 3ème pas. <i>Exemple de "Sailor Step Heel PG" : plante PG croisé derrière PD (1), PD à côté PG (&), Touch avant talon PG (2)</i>

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Sailor Step Reverse (PD)	(ou "Reverse Sailor Step"). "Sailor Step" inversé. Exemple d'un "Sailor Step inversé PD" : plante PD croisée devant PG (1), plante PG à G (&), PD légèrement devant (2)
Sailor Step Turn (½ à D)	"Sailor Step" avec changement d'orientation d' ¼, ½ ou ¾ tour sur le 2ème pas. Exemple du "Sailor Step PD ½ tour à D" : plante PD croisée derrière PG (1), ½ tour à D avec plante PG à côté PD (&), PD légèrement devant avec PdC (2)
Salsa Steps	idem "Mambo"
Samba (ou Samba Step) (PD)	(3 mouvements sur 2 temps 1&2) Enchaînement syncopé d'un pied croisé devant l'autre suivi d'un Rock Step latéral. Exemple d'un "Samba Step PD" : PD croisé devant PG avec PdC (1), Rock PG à G avec PdC (&), retour PdC sur PD (2)
Samba ¼ Turn (à G)	Idem "Samba" avec un changement d'orientation d' ¼ de tour sur le 3ème pas. Exemple d'un "Samba Step ¼ de tour à G" : PG croisé devant PD avec PdC (1), Rock PD à D avec PdC (&), ¼ tour à G avec retour PdC sur PG (2)
Saut Vaudeville	Idem "Vaudeville"
Scissor	Abréviation de "Scissor Step"
Scissor Step (PD)	(3 mouvements sur 2 ou 3 temps 1&2 ou 1-2-3) Déplacement latéral d'un pied avec PdC, pied libre à côté avec transfert du PdC, puis reprise du PdC sur le pied de départ croisé devant (ou derrière) l'autre. Exemple avec un "Scissor Step syncopé avant du PD" : PD à D (1), PG à côté PD (&), PD croisé devant PG avec PdC (2)
Scoot	(1 mouvement sur 1 temps) Petit saut glissé sur la plante de pied devant, derrière ou de côté avec réception sur le même pied (le Scoot peut également s'effectuer des deux pieds)
Scotch	Idem "Jump"
Scuff	(mouvement sur place sur 1 ou ½ temps) Frottement du sol avec le talon
Semicuban	Mouvement du bassin vers l'avant jambes légèrement fléchies
Shimmies	Plusieurs "Shimmy"
Shimmy	Tremblement des épaules d'avant en arrière sans bouger le bassin
Shoulder Shrug	Idem "Shimmy"
Shuffle	Idem "Triple Step"
Shuffle Back	Idem "Triple Step arrière"
Shuffle Forward	Idem "Triple Step avant"
Shuffle Lock	Idem "Lock Triple Step"
Shuffle Side	Idem "Triple Step latéral"
Shuffle Turn (ou Turning)	Idem "Triple Step Turn"
Side	Traduit par "côté" ou "sur le côté"
Side Mambo	Idem "Mambo Side"
Side Rock	Idem "Rock" mais uniquement latéral (dans ce cas il s'agit d' 1 mouvement sur 1 temps)
Side Rock	Abréviation de "Side Rock Step" (dans ce cas il s'agit de 2 mouvements sur 2 temps)
Side Rock & Step	Idem "Mambo Side"
Side Rock Recover	Idem "Rock Step" mais uniquement latéral (dans ce cas il s'agit de 2 mouvements sur 2 temps)
Side Rock Step	Idem "Rock Step" mais uniquement latéral (dans ce cas il s'agit de 2 mouvements sur 2 temps)
Side Rock Step/Cross (PD)	(3 mouvements sur 3 temps 1-2-3 ou 2 temps 1&2). Il s'agit d'un "Rock Step latéral" suivi d'un "Cross". Exemple d'un "Side Rock Step/Cross PD" (sur 3 temps): Rock PD à D avec PdC (1), retour PdC sur PG (2), Rock PD croisé devant PG avec PdC (3)
Side Rock/Cross	abréviation de "Side Rock Step/Cross"
Side Shuffle	Idem "Triple Step Side"
Side Strut	(2 mouvements sur 2 temps 1-2) Mouvements du pied sur place consistant à lever puis abaisser la pointe de pied ou le talon sur le côté ("Toe Strut" ou "Heel Strut" exécutés latéralement)
Side Switch	Voir "Switch Side"
Side Triple	Abréviation de "Side Triple Step"
Side Triple Step	Idem "Triple Step Side"
Skate	(1 mouvement sur 1 temps) Déplacement d'un pas dans la diagonale avant, en glissant la pointe de pied sur le sol vers l'extérieur. Le corps prend l'orientation du pied et l'enchaînement PD puis PG permet de rester sur la ligne de danse

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Skip	Idem "Scoot"
Slap	(mouvement sur place sur 1 temps) Tape sur une partie du corps qui est précisée (talon, cuisse, genou, hanche,...). Le plus souvent la main vient frapper l'intérieur d'un pied de la main opposée, en passant devant ou derrière la jambe d'appui
Slide	(mouvement sur place sur 1 temps) Consiste à ramener la jambe libre tendue en la glissant sur le sol près de la jambe d'appui
Slide	Abréviation de "Step Slide". Dans ce cas il s'agit de 2 mouvements sur 2 temps : déplacement d'un pied avec PdC (1), Slide du pied libre vers la jambe d'appui (2)
Slow	Traduit par "Lent"
Small	Traduit par "petit"
Snap	Clic des doigts
Spin (ou Step Spin)	Idem "Spiral"
Spiral (à D)	(mouvement sur 2 temps 1-2) Tour complet de 360° (parfois ½ ou ¾ de tour) sur place, précédé d'un pas avant. La rotation peut s'accompagner d'un "Hook" ou d'un "Hitch". Exemple de "Spiral Full Turn à D" : PG devant (1), Spiral en tour complet à D sur PG (2)
Spiral Position	Idem "Spiral" en ajoutant un "Hook" de la jambe libre devant la jambe d'appui en fin de rotation
Spiral Turn	Idem "Spiral"
Splits	Mouvement sur place d'écartement puis de rapprochement d'un talon ou d'une pointe de pied en appui sur l'autre pied. Les "Splits" peuvent également s'effectuer simultanément des talons ou des pointes de pieds en répartissant le PdC sur les pointes ou sur les talons
Spot	Point de repère quitté du regard le plus tard possible et repris au plus tôt lors d'un déplacement (généralement lors d'une rotation)
Stamp	Idem "Stomp-Up"
Step	Déplacement d'un pied avec transfert du PdC quelle que soit la direction
Step Half Turn	Idem "Step Turn ½"
Step In Place	Traduit par "pas sur place", consistant à lever légèrement le pied du sol et le ramener au même endroit
Step Lock (avant PD)	(2 mouvements sur 1 temps 1& ou 2 temps 1-2). Pas vers l'avant (ou l'arrière) avec PdC, suivi d'un croisement du pied libre derrière (ou devant) avec transfert de PdC. Exemple syncopé d'un "Step Lock avant PD" : PD devant avec PdC (1), Lock PG croisé derrière PD avec PdC (&)
Step Lock Back	Idem "Step Lock" en arrière (dans ce cas le mouvement s'exécute en 2 pas)
Step Lock Back	Abréviation de "Step Lock Step Back" (dans ce cas le mouvement s'exécute en 3 pas)
Step Lock Forward	Idem "Step Lock" vers l'avant (dans ce cas le mouvement s'exécute en 2 pas)
Step Lock Forward	Abréviation de "Step Lock Step Forward" (dans ce cas le mouvement s'exécute en 3 pas)
Step Lock Step (avant PD)	(3 pas sur 2 temps 1&2 (ou &1-2, ou 1-2&) ou 3 pas sur 3 temps 1-2-3) Le déplacement peut s'exécuter vers l'avant ou l'arrière et dans les diagonales : pas devant (ou derrière) avec PdC, suivi d'un croisement du pied libre derrière (ou devant) avec transfert de PdC, puis pas devant (ou derrière) avec reprise du PdC. Exemple en pas syncopés du "Step Lock Step avant PD" : PD devant (1), Lock PG croisé derrière PD avec PdC (&), PD devant (2)
Step Lock Step Back	Idem "Step Lock Step" en déplacement vers l'arrière
Step Lock Step Forward	Idem "Step Lock Step" en déplacement vers l'avant
Step Pivot	Idem "Step Turn", peut s'effectuer avec ¼ de tour ("Step Pivot ¼") ou ½ tour ("Step Pivot ½")
Step Slide (avant PD)	(2 temps 1-2) déplacement d'un pied accompagné d'un "Slide" de l'autre pied. Exemple d'un "Step Slide avant PD" : PD devant (1), Slide PG à côté PD (2)
Step Turn (½ à G)	(2 pas sur 2 temps 1-2) Pas avant (ou arrière) avec PdC, puis pivot du corps du côté de la jambe arrière (ou avant) avec transfert du PdC. S'effectue en ¼ de tour ("Step Turn ¼"), en ½ tour ("Step Turn ½") ou ¾ de tour ("Step Turn ¾"). Sans précision, le Step Turn s'effectue vers l'avant, sinon l'indication "Back" indique un déplacement arrière. Exemple d'un "Step Turn avec ½ tour à G" : PD devant avec PdC (1), ½ tour à G avec transfert PdC sur PG (2)

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Step Turn Back ($\frac{1}{2}$ à D)	(2 pas sur 2 temps 1-2) "Step Turn" effectué vers l'arrière, avec $\frac{1}{4}$ de tour ("Step Turn Back $\frac{1}{4}$ "), en $\frac{1}{2}$ tour ("Step Turn Back $\frac{1}{2}$ ") ou $\frac{3}{4}$ de tour ("Step Turn Back $\frac{3}{4}$ "). <i>Exemple d'un "Step Turn arrière $\frac{1}{2}$ tour à D" : PD derrière avec PdC (1), $\frac{1}{2}$ tour à D avec transfert PdC sur PG (2)</i>
Step Turn/Cross $\frac{1}{4}$ Turn (à D)	(3 mouvements sur 3 temps 1-2-3 ou 2 temps 1-2&) "Step Turn" enchaîné d'un "Cross Rock". Exemple d'un "Step Turn/Cross $\frac{1}{4}$ tour à D" : PG devant (1), $\frac{1}{4}$ tour à D avec PdC sur PD (2), PG croisé devant PD avec PdC (3)
Stomp	Abréviation de "Stomp-Down". Sans précision, le "Stomp" est sous entendu un "Stomp-Down"
Stomp-Down	(1 mouvement sur 1 temps) Frappe du sol du plat du pied (devant, de côté ou dans la diagonale) avec PdC
Stomp-Up	(1 mouvement sur un $\frac{1}{2}$ ou 1 temps) Frappe du sol du plat du pied dans une direction donnée avec retour du pied légèrement au dessus du sol sans transfert de PdC
Stride	Grand pas dans une direction donnée
Stroll	Idem "Step Lock Step"
Strut	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) Mouvement du pied consistant à lever puis baisser la pointe de pied ou le talon (voir "Toe Strut" et "Heel Strut")
Sugarfoot (PD)	(2 mouvements sur 2 temps 1-2) Enchaînement sur place d'un Touch de la pointe du pied libre suivi d'un Touch du talon à côté du pied d'appui. <i>Exemple d'un "Sugarfoot du PD" : Touch pointe PD à côté PG (1), Touch talon PD à côté PG (2)</i>
Sugarfoot Swivel (PD)	(2 mouvements sur 2 temps 1-2) Même figure sur place ou en se déplaçant que le "Sugarfoot" mais en ajoutant un "Twist" du talon du pied d'appui. <i>Exemple d'un "Sugarfoot Swivel du PD" : Touch pointe PD à côté PG avec pivot talon PG "In" (1), Touch talon PD à côté PG avec pivot du PG "Out" (2)</i>
Sway	(mouvement sur 1 temps) Balancement lent d'une partie du corps (le plus souvent une hanche), dans une direction donnée. Ce mouvement s'effectue sans déplacement de pied ou en accompagnement du déplacement d'un pied
Sweep	(Mouvement sur 1 temps) Déplacement circulaire de la jambe libre tendue en glissant le pied tendu sur le sol dans une direction donnée. La jambe d'appui est légèrement fléchie.
Sweep Full Turn	Sweep réalisé simultanément avec un tour complet à 360°
Sweep Turn	"Sweep" réalisé avec une rotation (en $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$, $\frac{3}{4}$ ou tour complet)
Swing	Balancement d'un pied dans une direction donnée
Switch	(2 mouvements sur place sur 1 temps 1&) Changement d'appui rapide sur place d'un pied sur l'autre à l'aide d'un petit saut ("Hop"). Cet enchaînement démarre d'un "Touch" de la pointe ("Toe Switch") ou du talon ("Heel Switch") du pied libre, devant, latéralement ("Side Switch") ou à côté du pied d'appui ("Touch Switch")
Switch Side	"Switch" effectué latéralement
Switches	Enchaînement de "Switch"
Swivel	(2 mouvements sur 1 temps 1& ou 2 temps 1-2) Déplacement latéral d'une pointe ou simultanément des pointes (PdC sur les talons) ou d'un ou des talons (PdC sur les pointes) puis retour en position initiale au centre. Le mouvement d'exécute sans bouger le haut du corps
Swivel Heel	Pivoter le talon droit vers le talon gauche ou le talon gauche vers le talon droit
Swivel Toe	Pivoter la pointe droite vers la pointe gauche ou la pointe gauche vers la pointe droite
Swivel Walk	Idem "Prissy Walk"
Swivet (à G)	(2 mouvements sur 1 temps 1& ou 2 temps 1-2) Pivots simultanés dans la même direction du talon d'un pied (PdC sur la pointe) et de la pointe de l'autre pied (PdC sur le talon), puis retour au centre. Le mouvement d'exécute sans bouger le haut du corps. <i>Exemple d'un Swivet à G : Pivot pointe PG à G et talon PD à D en appui sur talon PG et plante PD, retour des pieds en position initiale</i>
Syncopated	Traduit par "syncopé", c'est l'ajout d'un pas sur un temps symbolisé par "&". Ce mouvement est le plus souvent un pas, mais peut aussi être un mouvement du corps (Clap, Bump,...)
Syncopated Box Steps	Idem "Box Steps Syncopated"
Syncopated Jazz Box	Idem "Jazz Box Syncopated"
Syncopated Rock Step	Idem "Rock Step Syncopated"

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Syncopated Splits	(2 mouvements sur 1 temps &1) Pivot rapide d'une pointe de pied ou d'un talon légèrement soulevés vers l'extérieur avec PdC sur l'autre pieds (&), puis retour de la pointe ou du talon en position initiale (2). Les "Syncopated Splits" peuvent s'effectuer d'un talon ("Syncopated Heel Splits"), des deux talons à la fois ("Syncopated Heels Splits"), d'une pointe ("Syncopated Toe Splits") ou des deux pointes à la fois ("Syncopated Toes Splits")
Syncopated Vine	Idem "Vine Syncopated"
Syncopated Weave	Idem "Weave Syncopated"
Syncopé	Traduction de "Syncopated"
Tag	Rajout d'un ou plusieurs pas dans une chorégraphie lors d'un changement de tempo musical afin de remettre en accord la danse sur la musique
Tap	(1 mouvement sur place sur un ½ temps). Tape rapide sur un ½ temps, le plus souvent de la pointe de pied ("Toe Tap"), de la plante ("Ball Tap") ou du talon ("Heel Tap") dans une direction donnée. Le "Tap" peut aussi d'effectuer de la main sur une partie du corps. Ce terme était utilisé parfois dans d'anciennes chorégraphies à la place du "Touch"
Thigh	Traduit par "Cuisse"
Thigh Slap	"Slap" sur la cuisse
Three Step Turn	Idem "Rolling Vine"
Tin Man	Idem "Step Turn" avec ¼ tour à G ou à D
Toe	"Pointe du pied" (orteils) en traduction française
Toe Fan	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) Pivot latéral de la pointe du pied en maintenant le talon au sol (1), puis retour en position initiale sans PdC (2)
Toe Heel Cross Swivel (PG)	(3 mouvements sur 3 temps 1-2-3) Mouvements sur place de la pointe puis du talon du pied libre en finissant croisé devant la jambe d'appui, avec "Swivel" du pied d'appui. <i>Exemple d'un "Toe Heel Cross Swivel du PG" : Touch pointe PG à côté PD avec pivot du buste dans diagonale D (1), Touch avant talon PG avec pivot du buste dans diagonale G en PdC sur plante PD (2), PG croisé devant PD avec PdC (3)</i>
Toe Splits	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) Pivot d'une pointe de pied légèrement soulevée vers l'extérieur avec PdC sur l'autre pied (1), puis retour de la pointe en position initiale (2)
Toe Strut	(2 mouvements sur 2 temps 1-2 ou sur 1 temps 1&) Déplacement du pied avec un "Touch" de la pointe (1) suivi de la pose du talon en prenant le PdC (2). Le "Toe Strut" peut s'effectuer vers l'avant (Toe Strut Forward), l'arrière (Toe Strut Back), latéralement (Toe Strut Side) ou croisé devant ou derrière l'autre jambe (Toe Strut Cross)
Toe Switch (PD à D)	(2 mouvements sur place sur 1 temps 1&) Changement d'appui rapide sur place d'un pied sur l'autre à l'aide d'un petit saut ("Hop"). Cet enchaînement démarre d'un "Touch" de la pointe du pied libre, devant, latéralement ou à côté du pied d'appui. <i>Exemple d'un "Toe Switch pointe PD" : Touch pointe PD à D avec PdC sur PG (1), PD à côté PG avec transfert de PdC sur PD (&)</i>
Toe Tap	(1 mouvement sur place sur un ½ temps). Tape rapide de la pointe du pied sur le sol dans une direction donnée, avec retour du pied légèrement au dessus du sol
Toes Splits	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) Pivot des pointes de pied légèrement soulevées vers l'extérieur avec PdC sur les talons (1), puis retour des pointes en position initiale (2)
Toes Stand	(2 mouvements sur place sur 2 temps 1-2) lever les talons en appui sur les pointes de pied (1), reposer les talons au sol (2)
Toes Switches (D-G)	(4 mouvements sur place sur 2 temps 1&2&) Enchaînement de deux ou plusieurs "Toe Switch" alternativement d'un pied puis de l'autre. <i>Exemple de "Toes Switches à D et à G" : Touch pointe PD à D avec PdC sur PG (1), PD à côté PG avec transfert de PdC sur PD (&), Touch pointe PG à G avec PdC sur PD (2), PG à côté PD avec transfert de PdC sur PG (&)</i>
Together	Rassembler le pied libre près de la jambe d'appui (avec ou sans PdC suivant l'enchaînement)
Torque	Rotation du haut du corps en direction opposée à celle qui va être prise (pour prendre de l'élan)
Touch	(1 mouvement sur 1 temps) Pose de la pointe, de la plante ou du talon du pied, devant, derrière ou à côté de l'autre pied sans PdC. Sans plus de précision, un "Touch" s'effectue de la pointe du pied à côté du pied d'appui (ou "Toe Touch")

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Touch Switch (PD)	(2 mouvements sur place sur 1 temps 1&) Changement d'appui rapide sur place d'un pied en "Touch". Exemple de "Touch Switch PD" : Touch pointe PD à côté PG avec PdC sur PG (1), transfert de PdC sur place sur PD (&)
Touches	Plusieurs de "Touch"
Traveling Full Turn	idem "Rolling Vine"
Traveling Pivots	idem "Rolling Vine"
Triple	Abréviation de "Triple Step"
Triple Back	Abréviation de "Triple Step Back"
Triple Cross	Abréviation de "Triple Step Cross"
Triple Full Turn	Abréviation de "Triple Step Full Turn"
Triple In Place	Abréviation de "Triple Step In Place"
Triple Side	Abréviation de "Triple Step Side"
Triple Step	(3 pas sur 2 temps 1&2, plus rarement sur 3 temps 1-2-3) Déplacement le plus souvent syncopé dans lequel la plante du pied libre vient se poser près du pied d'appui avec changement du PdC. L'enchaînement peut s'exécuter de très nombreuses manières : sur place (In Place), sur le côté (Side), vers l'avant (Forward), vers l'arrière (Back), avec un pied croisé devant l'autre en déplacement latéral (Cross) ou avec un pied croisé derrière ou devant l'autre en déplacement avant ou arrière (Lock), avec ou sans rotation,...
Triple Step ¼ Turn (arrière à D)	(3 pas sur 2 temps 1&2) "Triple Step" en déplacement avant ou arrière avec ¼ de tour sur le 3ème pas. Exemple du "Triple Step arrière ¼ tour à D" : PD derrière (1), plante PG à côté PD (&), ¼ tour à D avec PD devant et PdC (2)
Triple Step ½ Turn (avant à D)	(3 pas sur 2 temps 1&2) "Triple Step" en déplacement avant ou arrière avec ½ de tour sur les 1er et 3ème pas. Exemple d'un "Triple Step avant ½ tour à D" : ¼ tour à D avec PD à D (1), plante PG à côté PD (&), ¼ tour à D avec PD devant et PdC (2)
Triple Step ½ Turn In Place (à D)	"Triple Step" sur place en réalisant une rotation sur 180° à G ou à D, avec ¼ de tour, un transfert de PdC sur place, puis second ¼ de tour. Exemple du "Triple Step sur place ½ tour à D" : ¼ tour à D avec PD à côté PG (1), transfert PdC PG à côté PD (&), ¼ tour à D avec PD légèrement devant (2)
Triple Step ¾ Turn (avant à D)	"Triple Step" en déplacement avant ou arrière avec ¾ de tour sur le 1er pas et ½ tour sur le 3ème pas (ou ¼ de tour sur les 3 pas) . Exemple avec un "Triple Step avant ¾ tour à D" : ¼ tour à D avec PD devant (1), plante PG à côté PD (&), ½ tour à D avec PD devant et PdC (2)
Triple Step Back (PD)	"Triple Step" en déplacement vers l'arrière. Exemple d'un "Triple Step arrière PD" : PD derrière (1), plante PG à côté PD (&), PD derrière avec PdC (2)
Triple Step Back ½ turn (à G)	"Triple Step" arrière avec ½ tour sur le dernier pas. Exemple d'un "Triple Step arrière ½ tour à G" : PG derrière (1), plante PD à côté PG (&), ½ tour à G avec PG devant et PdC (2)
Triple Step Cross (à D)	"Triple Step" en déplacement latéral avec le pied directionnel croisé devant l'autre. Exemple de "Triple Step croisé à D" : PG croisé devant PD (1), plante PD à D (&), PG croisé devant PD avec PdC sur PG (2)
Triple Step Cross Turn	"Triple Step Cross" avec ¼ de tour ou ½ tour sur le 3ème pas
Triple Step Forward (PD)	"Triple Step" en déplacement vers l'avant. Exemple d'un "Triple Step avant PD" : PD devant (1), plante PG à côté PD (&), PD devant avec PdC (2)
Triple Step Forward ½ turn Right	Triple Step avant avec ½ tour sur le premier pas. Exemple d'un "Triple Step avant ½ tour à D" : ½ tour à D avec PD devant (1), plante PG à côté PD (&), PD devant avec PdC (2)
Triple Step Full Turn (avant à D)	"Triple Step" avant ou arrière en réalisant une rotation sur 360° avec un ¼ de tour, puis un ½ tour et enfin un ¼ de tour (ou en deux ½ tours sur les pas &2) . Exemple d'un "Triple Step Full Turn avant à D" : PD devant (1), ½ tour à D avec plante PG derrière (&), ½ tour à D avec PD devant (2).
Triple Step Full Turn In Place (à G)	"Triple Step" sur place en réalisant une rotation sur 360° à G ou à D, avec ¼ de tour, puis ½ tour et enfin ¼ de tour. Exemple d'un "Triple Step Full Turn à G sur place" : 1/4 tour à G avec PG à G (1), 1/2 tour à G avec PD derrière (&), 1/4 tour à G avec PG à côté PD (2)
Triple Step In Place (PD)	"Triple Step" réalisé sur place. Exemple avec un "Triple Step sur place du PD" : PD à côté PG avec PdC (1), transfert PdC sur plante PG à côté PD (&), PD à côté PG avec PdC (2)
Triple Step Side (à G)	"Triple Step" en déplacement latéral. Exemple d'un "Triple Step latéral à G" : PG à G (1), plante PD à côté PG (&), PG à G avec PdC (2)

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
Triple Step Side Turn ($\frac{1}{2}$ à D)	"Triple Step" en déplacement latéral avec $\frac{1}{4}$ de tour ou $\frac{1}{2}$ tour sur le 3ème pas. Exemple d'un "Triple Step latéral $\frac{1}{2}$ tour à D" : PD à D (1), plante PG à côté PD (&), $\frac{1}{2}$ tour à D avec PD devant en prenant PdC (2)
Triple Step Turn	"Triple Step" avec rotation d'un $\frac{1}{4}$ de tour ("Triple Step $\frac{1}{4}$ Turn"), d'un $\frac{1}{2}$ tour ("Triple Step $\frac{1}{2}$ Turn"), d'un $\frac{3}{4}$ de tour ("Triple Step $\frac{3}{4}$ Turn"), latérale ("Triple Step Side Turn") ou d'un tour complet ("Triple Step Full Turn") vers l'avant, l'arrière, la diagonale ou sur place.
Turn	Traduit par "tour", "rotation", "pivot"
Turn Spin	Idem "Spin"
Turning Sailor Step	Idem "Sailor Step Turn"
Turning Vine	Idem "Vine Turn"
Twice	Traduit par "deux fois" (répéter le pas ou l'enchaînement)
Twinkle (avant PG)	(3 mouvements sur 3 temps 1-2-3) Il s'agit de pas de valse réalisés avec un pied croisé devant l'autre, le pied libre se déplace latéralement en prenant le PdC, puis les pieds se rassemblent avec un transfert du PdC. Exemple d'un "Twinkle avant PG" : PG croisé devant PD dans la diagonale D (1), PD à D (2), PG à côté PD avec PdC (3)
Twinkle $\frac{1}{2}$ Turn (à D)	"Twinkel" avec ajout d'un $\frac{1}{2}$ tour. Exemple d'un "Twinkle PD $\frac{1}{2}$ tour à D" : PD croisé devant PG (1), $\frac{1}{4}$ à D avec PG derrière (2), PD devant avec $\frac{1}{4}$ tour à D (3)
Twist	Idem "Swivel"
Twist Full Turn	Idem "Unwind Full Turn"
Twist Turn	Idem "Unwind"
Unwind	(mouvement sur place sur 1 temps ou plus) Rotation consistant à démarrer pieds croisés devant ou derrière puis à pivoter à G ou à D sur la jambe d'appui pour les décroiser. Le PdC reste sur la jambe d'appui pendant la rotation, mais peut être transférer en fin de rotation en fonction du mouvement suivant. L' "Unwind" s'effectue théoriquement sur $\frac{1}{4}$ ou $\frac{1}{2}$ tour, si le déroulé est réalisé sur un $\frac{3}{4}$ de tour ou en tour complet, on devrait alors parler de "Corkscrew" : dans la pratique on utilise l'un ou l'autre en précisant l'angle de rotation
Unwind $\frac{1}{4}$ (ou $\frac{1}{4}$ Turn)	"Unwind" avec rotation d'un $\frac{1}{4}$ tour à D ou à G
Unwind $\frac{1}{2}$ (ou $\frac{1}{2}$ Turn)	"Unwind" avec rotation d'un $\frac{1}{2}$ tour à D ou à G
Unwind $\frac{3}{4}$ (ou $\frac{3}{4}$ Turn)	"Unwind" avec rotation d'un $\frac{3}{4}$ tour à D ou à G
Unwind Full Turn	"Unwind" avec rotation à 360° à D ou à G
Vaudeville (à G)	(4 mouvements sur 2 temps 1&2&, rarement 4 temps 1-2-3-4) Enchaînement de 4 pas, le premier étant croisé devant (parfois derrière) l'autre avec PdC (1), le pied libre se place ensuite à côté de l'autre avec transfert de PdC (&), la jambe libre "Touch" du talon en diagonale avant (2), les pieds se rassemblent avec transfert de PdC (&). Exemple d'un "Vaudeville à G" : PD croisé devant PG avec PdC (1), PG à G à côté PD avec transfert PdC (&), Touch avant talon PD dans diagonale D (2), PD à côté PG avec PdC (&)
Vaudeville $\frac{1}{4}$ Turn (à G)	Idem au "Vaudeville" en insérant un $\frac{1}{4}$ de tour sur le premier pas syncopé. Exemple d'un "Vaudeville $\frac{1}{4}$ de tour à G" : PD croisé devant PG (1), $\frac{1}{4}$ tour à D avec PG derrière (&), Touch avant talon PD dans diagonale (2), PD à côté PG avec PdC (&)
Vaudeville Step	Idem "Vaudeville"
Vaudeville Twice (à G-D)	(8 mouvements sur 4 temps 1&2&3&4&) Enchaînement de "Vaudeville", d'un côté puis de l'autre. Exemple de "Vaudevilles à G puis à D" : PD croisé devant PG (1), PG à G (&), Touch avant talon PD dans diagonale D (2), PD à côté PG (&), PG croisé devant PD (3), PD à D (&), Touch avant talon PG dans diagonale G (4), PG à côté PD (&)
Vine (à D)	(3 mouvements sur 3 temps 1-2-3) Déplacement latéral en 3 pas en croisant un pied derrière l'autre (plus rarement devant). Le dernier pas peut s'accompagner d'un "Scuff", "Hitch", "Touch",... ou d'un changement de direction avec un $\frac{1}{4}$ ou un $\frac{1}{2}$ tour. Exemple d'un "Vine à D" : PD à D (1), PG croisée derrière PD (2), PD à D avec PdC (3)
Vine Syncopated	(3 mouvements sur 2 temps 1&2) Déplacement identique au "Vine" mais avec un 2ème pas syncopé qui accélère le mouvement
Vine Turn $\frac{1}{4}$ (à D)	(3 pas sur 3 temps 1-2-3 ou 2 temps 1&2) Idem au "Vine" mais en ajoutant un $\frac{1}{4}$ de tour sur le dernier pas. Exemple d'un "Vine $\frac{1}{4}$ de tour à D" : PD à D (1), PG croisée derrière PD (2), $\frac{1}{4}$ tour à D avec PD devant (3)

<u>Terme (exemple)</u>	<u>Description (exemple)</u>
V-Step (PG)	(4 mouvements sur 4 temps 1-2-3-4) Déplacement avant ou arrière des pieds en décrivant un "V" puis retour en position initiale. Si cela est précisé, les déplacements sur les temps 2-3 ("Out-Out") peuvent s'effectuer sur les talons. <i>Exemple de V-Step avant PG : PG devant dans diagonale G ("Out") (1), PD à D ("Out") (2), PG derrière (3), PD à côté PG (4)</i>
Walk	Pas dans une direction donnée
Wall	Traduit par "mur". L'exécution de la totalité des temps de la chorégraphie constitue un mur. La répétition de la chorégraphie constitue le 2ème mur, etc... Les murs sont repérés suivant un cadran horaire, celui de 12:00 désignant le mur de départ, celui de 06:00 le mur du fond, etc...
Waltz Balance Steps	Idem "Balance Steps"
Weave (à D)	(4 mouvements sur 4 temps 1-2-3-4) Déplacement latéral en 4 pas ou plus, syncopés ("Weave Syncopated") ou non, avec croisement d'un pied devant (ou derrière) l'autre, suivi d'un deuxième croisement du même pied derrière (ou devant) l'autre. Le dernier pas peut s'accompagner d'un "Scuff", "Hitch", "Touch", "Sweep",... ou d'un changement de direction avec un ¼ ou un ½ tour. La "Weave" peut parfois démarrer par un pas latéral à la place du pas croisé. <i>Exemple d'une "Weave à D" : PG croisé devant (ou derrière) PD (1), PD à D (2), PG croisé derrière (ou devant) PD (3), PD à D (4)</i>
Weave ¼ Turn (à D)	(4 mouvements sur 4 temps 1-2-3-4) "Weave" avec un ¼ de tour sur le dernier temps. <i>Exemple d'une "Weave ¼ de tour à D" : PG croisé devant PD (1), PD à D (2), PG croisé derrière PD (3), ¼ tour à D avec PD devant (4)</i>
Weave Syncopated (à G)	(5 mouvements sur 4 temps 1-2-3&4, 1-2&3-4,...) La "Syncopated Weave" insère un pas syncopé dans l'enchaînement. <i>Exemple d'une "Weave syncopée à G" : PD croisé devant PG (1), PG à G (2), PD croisé derrière PG (3), PG à G (&), PD croisé devant PG (4)</i>
Weight	Traduit par "Poids du Corps" (abréviation "PdC"). Jambe d'appui sur laquelle repose le poids du corps
Weight Change	Idem "Ball Change". Transfert du PdC d'une jambe sur l'autre
Wing Scissors	Idem "Heels Split"
Wizzard Step (PD)	(3 mouvements sur 2 temps 1-2&) Déplacement avant dans la diagonale en "Step Lock Step" mais avec le mouvement syncopé sur le 3ème pas. <i>Exemple de "Wizzard Step du PD" : PD devant dans diagonale (1), Lock PG croisé derrière PD (2), PD rapidement devant (&)</i>

