

# Liste des terminologies – École de danse Country Beat

*Dernière mise à jour : 4 mai 2019*

<b>BOOGIE:</b>	Lever la hanche libre de poids et la déplacer d'un mouvement circulaire extérieur au pied porteur.
<b>BOOGIE WALK:</b>	Lever la hanche libre de poids et la déplacer d'un mouvement circulaire extérieur au pied porteur mettant le pied libre en avant.
<b>BOP:</b>	Élévation des talons pour redescendre au sol.
<b>BRUSH:</b>	Effleurer la plante du pied contre le sol.
<b>BRUSH/SCUFF:</b>	Brosser le plancher avec le pied.
<b>BUMP:</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>Sans bouger le haut du corps, fléchir les genoux balancer les hanches d'un côté ou l'autre.</li><li>Les danseurs donnent un (Bump) de hanches ou fesses au partenaire.</li></ol>
<b>CAMEL WALK:</b>	La jambe porteuse fait un réflexe (knee pop) avant de faire un pas en avant avec le pied libre, la jambe est élancée.
<b>CLAP:</b>	Frapper les mains ensemble
<b>CLIC:</b>	Écarter un talon et le ramener en frappant l'autre talon.
<b>COASTER STEP:</b>	S'exécute sur 2 temps. Premier pied vers l'arrière sur le 1er temps. Deuxième pied vient rejoindre le premier sur le ½ temps. Le premier pied retourne en avant sur le 2e temps.
<b>DIAGONAL:</b>	45° à l'écart du centre de la ligne de danse.
<b>DIG:</b>	Toucher avec la plante ou le talon du pied libre le sol avec beaucoup d'emphase.
<b>DIP:</b>	Déhanchement effectué sur 2 temps en partant d'un point mort haut pour descendre et remonter de l'autre côté.
<b>DIP (CORTE):</b>	Plier légèrement le genou porteur (plie) jusqu'à position assise avec la jambe libre étendu en avant.

<b>DRAG (DRAW):</b>	Ramener lentement le pied libre au pied porteur, genoux plié ou fléchi.
<b>EXTENSION:</b>	Tendre ou allonger une partie du corps.
<b>FAN:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>La jambe porteuse légèrement pliée, la jambe libre fait un mouvement circulaire devant, de côté ou à l'arrière du pied porteur.</li> <li>Heel fan - pieds ensemble, le talon d'un pied fait un mouvement de côté et retourne à la position de départ.</li> <li>Toe fan - pieds ensemble, la pointe d'un pied fait un mouvement de côté et retourne à la position de départ.</li> </ol>
<b>FAN KICK:</b>	Un kick jambe allongée avec mouvement circulaire.
<b>FREEZE:</b>	Un arrêt complet, aucun mouvement.
<b>GRAPEVINE (vigne):</b>	<p>Figure de mouvement continu de côté avec croisement arrière &amp;/ou avant. (aussi VINE)</p> <p>Turning vine - Figure consistant en une (VINE) avec <math>\frac{1}{4}</math> ou <math>\frac{1}{2}</math> tour au compte de 3.</p>
<b>HEEL SPLIT:</b>	Écarte les talons vers l'extérieur et les ramener en position fermée.
<b>HEEL SPLITS (SPREADS):</b>	<p>(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 &amp; revenir à la position départ au compte de 2.</p> <p>Fast Heel Splits: Prendre 1 temps de musique &amp; compter "et 1".</p>
<b>HEEL STOMPS:</b>	(Knee Pops) Pliant les genoux, lever un ou les deux talons du sol, ensuite retour à la position départ.
<b>HIP LIFT:</b>	Action de lever la hanche en redressant la jambe libre.
<b>HITCH:</b>	Élévation du genou.
<b>HOLD:</b>	(PAUSE) Aucun mouvement pour un temps spécifique.
<b>HOME:</b>	Position de départ.
<b>HOOK (CROCHET):</b>	Action de mouvoir le pied libre comme un pendule avant ou arrière sans toucher le sol.
<b>HOP:</b>	Saut d'un pied et atterrir sur le même pied.

<b>JAZZBOX (CARRÉ):</b>	Une figure de danse à 4 temps, qui commence par un pas avant ou un pas croisé.
<b>KNEE POP:</b>	Voir <u>HEEL STOMPS</u>
<b>KICK:</b>	Coup de pied (pointe du pied vers le sol)
<b>KICK BALL CHANGE:</b>	Kick avant, placer la plante du même pied à côté du pied porteur avec un transfert de poids. Compter 1 & 2.
<b>LOCK:</b>	Un croisement serré des pieds en 1 <sup>ière</sup> ou 2 <sup>ième</sup> position.
<b>L.O.D.:</b>	Ligne de danse (à l'inverse des aiguilles d'une montre autour de la piste de danse).
<b>LOOP TURN:</b>	Un tour sous bras à gauche pour la femme et à droite pour l'homme.
<b>LUNGE:</b>	Transfert de poids de la jambe étendue à l'autre jambe qui est fléchie.
<b>PAUSE:</b>	Voir HOLD.
<b>PIVOT:</b>	Tourner
<b>POINT:</b>	Pointer le pied libre à gauche, droite, en avant ou en arrière.
<b>RIPPLE:</b>	(BODY-ROLLS-SNAKES) Une vague commençant à une extrémité du corps et finissant à l'autre.
<b>ROCK STEP:</b>	(BREAK STEP-CHECK STEP) Deux changements de poids en direction opposée sur deux temps de musique. Le Rock Step avant ou arrière se fait en 5 <sup>e</sup> position, le Rock Step de côté se fait en 2 <sup>e</sup> position.
<b>ROLL:</b>	La partie indiquée du corps tourne à gauche ou droite.
<b>SAILOR STEP:</b>	Une figure de danse faite en s'inclinant direction opposée du pied croisé arrière.

***EXEMPLE:***

1. Pied droit derrière le gauche & pied gauche de côté
2. Pied droit de côté

---

**SAILOR SHUFFLE:*****EXEMPLE:***

- a. & Pied gauche du côté gauche
  1. Kick pied droit diagonalement en avant & Pied droit pas arrière
  2. Croiser pied gauche devant le droit.
- b. Si un effleurement (Brush) est fait avant un croisé arrière la figure se nomme (Sailor Shuffle).

---

**SCOOCH:**

Deux petits pas rapprochés.

---

**SCOOT:**

Un glissement du pied porteur en avant, arrière ou de côté. Peut aussi être fait avec le poids sur les deux pieds.

---

**SCUFF:**

Faire un Brush avant avec le talon.

---

**SHIMMY:**

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

---

**SHUFFLE:**

Une figure à trois pas similaire au cha cha.

---

**SLIDE:**

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.

---

**STOMP:**

Un pas avec ou sans transfert de poids.

---

**STRUT:****Heel Struts:**

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:**

Sans bouger le haut du corps, tourner les hanches et les talons ou la pointe des pieds de côté.

---

**SYNCOPATED PATTERN:** Toute variation d'une figure de danse.

---

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

---

**TAP (TOUCH):** La pointe ou le talon du pied libre touche le sol sans changement de poids.

---

**TOGETHER:** Ramener les pieds ensemble avec un changement de poids.

---

**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 ensemble et les pieds écartés.