

DEBOULE : Déplacement rotatif sur trois pas en ligne droite, généralement 1/4 - 1/4 - 1/2.

DEVISSER : Croiser le pied devant ou derrière l'autre pied en tournant un 1/2 tour pour décroiser.

DRAW (ou **DRAG** ou **SLIDE**) : Réunir le pied libre lentement vers le pied supportant le poids.

FAN :

HELL FAN

Appui sur la plante du pied (ball)
Diriger le talon vers l'intérieur ou l'extérieur

TOE FAN

Appui sur le talon
Diriger la pointe du pied vers l'intérieur ou l'extérieur

FLEX : Mouvement pour se déplier légèrement ou détendre une partie du corps.

Exemple : déplier (**FLEX**) le genou

FLICK : Petit coup de talon arrière ou de côté

FORWARD : Avant.

GRAPEVINE : voir **VINE**.

HEEL BALL CROSS :

- 1 - Talon D avant. Et ramener pied D à côté du pied gauche.
- 2 - Croiser G devant le pied. Peut se faire des pieds opposés.

HEEL BALL STEP :

- 1 - Talon D devant. Et ramener le pied D à côté du pied gauche en déposant de poids.
- 2 - Déposer le poids sur le pied G.

HEEL SPLIT (ou **WING SCISSORS**, **BUTTERFLIES** ETC...) :

Les pieds ensemble avec le poids sur la plante des 2 pieds, écarter les talons de chaque côté sur le compte 1 et retour ensemble sur le compte 2.

FAST HEEL SPLIT prend une mesure de musique et est compté comme « et 1 ».

HEEL STOMPS ou **KNEE POPS** : Relever les 2 talons du sol en pliant les genoux, retour des talons sur le sol.

Prend une mesure de musique et est compté comme « et 1 ».

HIP BUMP : Balancement des hanches vers l'avant, vers l'arrière, de côté ou avec le partenaire.

HIP ROLL :

Mouvement circulaire du bassin

Anti-clockwise : dans le sens inverse des aiguilles d'une montre

Clockwise : dans le sens des aiguilles d'une montre.

HITCH : Elévation du genou devant, décrivant un angle de 60 à 90°.

HOLD : Un compte pour décrire un temps mort avant de faire un autre pas.

HOP : Sauter dans les airs sur un pied et atterrir sur le même pied.

HOOK (crochet) : Plier le genou en relevant le pied et croiser devant ou derrière l'autre jambe avec contact.

HOOK combination ou **FULL CROSS** : 4 temps

TOUCH talon droit devant - HOOK talon D devant cheville G

TOUCH talon droit devant - 1 pas PD à côté de PG

Peut se faire talon G.

ISOLATION : Mouvement d'une partie du corps individuellement du reste du corps.

JAZZ BOX : 4 temps, 4 changements d'appui

Peut commencer avec un pas avant ou un **CROSS**

TRIANGLE

- 1 - **CROSS** PG à D du PD
- 2 - un pas PD arrière
- 3 - un pas PG côté G
- 4 - un pas PD à côté de PG