

LES PAS	GAUCHE ou DROITE	DÉMARRAGE à DROITE	DÉMARRAGE à GAUCHE
Back step (Rock step back)		PD en arrière avec poids du corps dessus , revenir PdC sur l'autre	PG en arrière avec poids du corps dessus , revenir PdC sur l'autre
Behind side cross	Derrière, côté, croisé devant		
Brush	Brosser		
Bump	Balancement des hanches		
Clap	Taper dans les mains		
Click (snap)	claquement des doigts		
Coaster step		Pied D arrière, Pied G à côté du pied droit, Pied D avant	Pied G arrière, Pied D à côté du pied gauche, Pied G avant
Cross	croiser		
Cross shuffle	Pas chassé croisé		
Flick	Coup de pied arrière, genou fléchi, pointe tendue		
Full turn	Tour complet		
Heel strut	Poser talon puis pointe		
Hitch	Genou levé		
Hold	Pause		
Hook	Pied croisé devant l'autre à hauteur du tibia		
Hop	Saut sur un pied		
Jazz box	PG croisé devant PD, PD en arrière, PG à G, ramener PD		
Jump	Saut sur les deux pieds		
Kick	Coup de pied vers l'avant		
Kick ball change	Coup de pied D vers l'avant, Ramenez le PD à côté du PG, PdC sur le PG		
Kick ball cross	Coup de pied D vers l'avant, Finir avec le pied G devant D		
Lock (step, lock, step)		PG croisé et collé derrière PD ("Pas chassé" fermé et croisé)	PD croisé et collé derrière PG ("Pas chassé" fermé et croisé)
Mambo		Poser PD devant avec PdC, remettre le poids du corps sur PG, ramener PD à côté PG	Poser PG devant avec PdC, remettre le poids du corps sur PD, ramener PG à côté PD
Monterey turn	Pointe sur le côté en 1/4 , 1/2 tour...		



LES PAS	GAUCHE ou DROITE	DÉMARRAGE à DROITE	DÉMARRAGE à GAUCHE
Out out-in in	Pieds à l'extérieur puis à l'intérieur		
Rock step avant (forward)		PD en avant avec poids du corps dessus , revenir PdC sur PG	PG en avant avec poids du corps dessus , revenir PdC sur PD
Rock step arrière (back step)		PD en arrière avec poids du corps dessus , revenir PdC sur PG	PG en arrière avec poids du corps dessus , revenir PdC sur PD
Rocking chair	Enchaînement de rock step	Enchaînement de rock step	
Rolling	Tour complet	Tour complet	
Rumba box	PD à D, amener PG, avancer (reculer) D	PD à D, amener PG, avancer (reculer) D, PG à G, ramener PD, avancer (reculer) G	
Sailor step 1/4, 1/2 turn	Idem sailor en faisant 1/4, 1/2...tour	Idem sailor en faisant 1/4, 1/2...tour	
Sailor step		PD croisé derrière le PG, PG à gauche, Pied D à droite	PG croisé derrière le PD, PD à droite, Pied G à gauche
Scout	Glissement avant ou arrière sur un pied ou les deux	Glissement avant ou arrière sur un pied ou les deux	
Scuff	Frotter le sol avec le talon	Frotter le sol avec le talon	
Shimmy	Balancement des épaules	Balancement des épaules	
Shuffle	Pas chassé	Pas chassé	
Side (rock step)	Rock step sur le côté	Rock step sur le côté	
Skates	Glissement des pieds en diagonale l'un après l'autre	Glissement des pieds en diagonale l'un après l'autre	
Slap	Frapper partie de la jambe avec la main opposée	Frapper partie de la jambe avec la main opposée	
Slide	Glissement de la jambe libre	Glissement de la jambe libre	
Step	Pas en avant	Pas en avant	
Step turn	Pas en avant pour tourner	Pas en avant pour tourner	
Stomp	Taper du pied	Taper du pied	
Sweep	Pointe au sol en mouvement ciculaire de la jambe	Pointe au sol en mouvement ciculaire de la jambe	
Swivet	Pivoter la pointe d'un pied et le talon de l'autre et revenir au centre	Pivoter la pointe d'un pied et le talon de l'autre et revenir au centre	
Swivel	Pieds serrés pivot des talons puis des pointes	Pieds serrés pivot des talons puis des pointes	
Toe strut	Poser pointe puis talon	Poser pointe puis talon	
Touch	Toucher le sol de la pointe du pied	Toucher le sol de la pointe du pied	
Tripple step	Trois pas sur 2 temps	Trois pas sur 2 temps	
Vine	Côté, croisé, côté	Côté, croisé, côté	
Weave	Croisé, côté, croisé, côté	Croisé, côté, croisé, côté	

