


# LES POSITIONS DES PIEDS

## LES 5 POSITIONS DE PIEDS

**1ère**




Position d'attente  
PDC reparti sur les deux pieds


Les deux pieds sont joints, pointes légèrement orientées vers l'extérieur.

Utilisée surtout pour les 1/2 T "on spot"

**Lock**




Cross serré, les pieds sont fermés ensemble. Les pieds sont croisés dans la position inverse de l'habitude



Autre utilisation surtout dans le départ d'un "Jazz Box Carré"

**2ème**




Position d'attente ou de départ d'un enchaînement de côté.


Les pieds sont parallèles et espacés de la largeur du bassin.

Utilisée surtout pour les tours complets "on spot"

**Lock**




Cross, les pieds sont écartés et croisés dans la position inverse de l'habitude



Autre utilisation: Surtout dans le départ d'un "Jazz Triangle"


**3ème**



Talon du pied dans le creux de l'autre. Buste légèrement orienté dans la direction du pied d'ouverture


Utilisé pour: Shuffle, et mouvement basics du swing.

**Etendue**

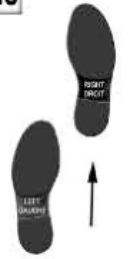


**Ouverte**

Pour la position départ promenade et pour tout mouvement de la jambe d'ouverture: kick, kick ball change, hook combination etc...



**4ème**



Pieds en position "un devant l'autre" ou "un derrière l'autre"

Pas pouvant être effectué en avant ou en arrière.

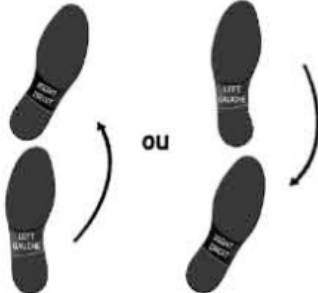
Les pieds sont parallèles.

C'est le pas de marche: "WALK"

**FOLLOW THROUGH**

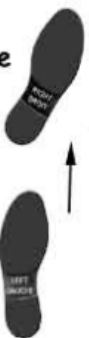
Le pied libre passe près du pied qui supporte le poids du corps avant d'engager un nouveau pas ou de changer de direction.

**5ème**



Les pieds sont positionnés dans un rapport "talon-pointe" ou "pointe-talon". C'est une position utilisée dans: Toe cross, heel cross et dans les pas croisés Vine et Rock step.

**Etendue**

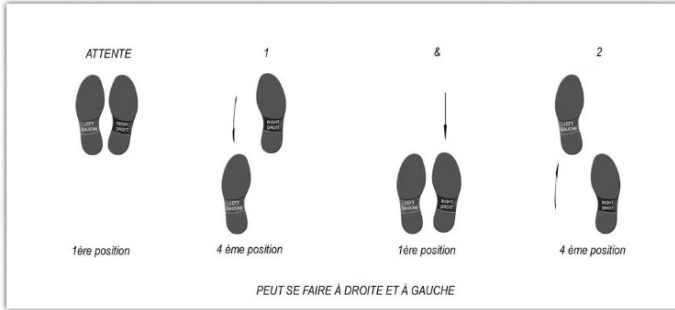


Le pied libre est avancé d'une longueur d'un pas court, il est légèrement tourné vers l'extérieur. Les pieds sont à plat face à la ligne de danse. Cette position est utilisée surtout pour préparer un tour (1/4, 1/2, Full turn...)

# COASTER STEP



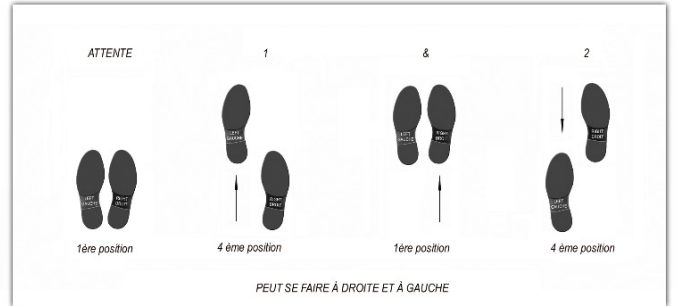
## COASTER STEP ARRIÈRE



© Jack - TIAGS'N CO 09/07



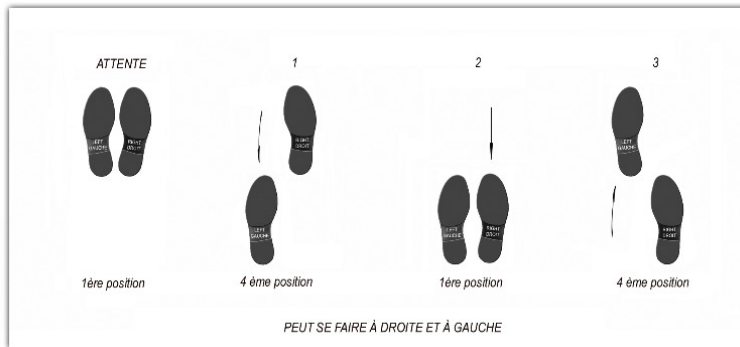
## COASTER STEP AVANT



© Jack - TIAGS'N CO 09/07



## SLOW COASTER STEP

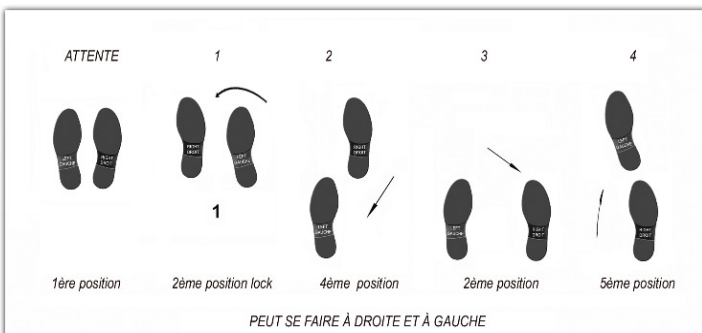


© Jack - TIAGS'N CO 09/07

# JAZZ BOX



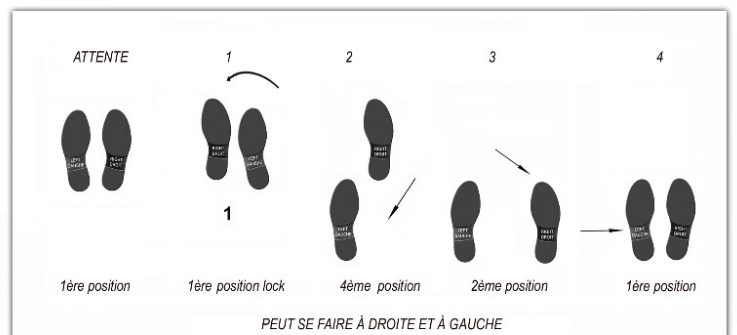
## JAZZ BOX



© Jack - TIAGS'N CO 09/07



## JAZZ TRIANGLE

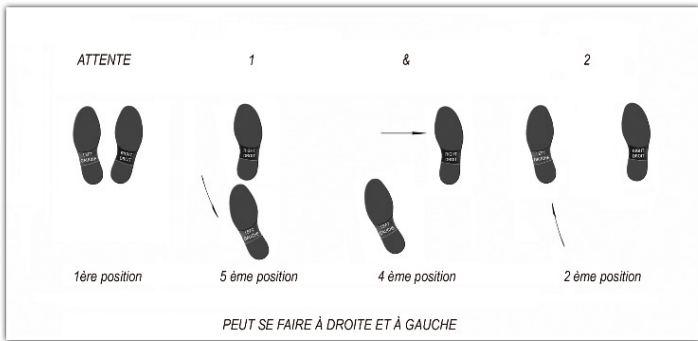


© Jack - TIAGS'N CO 09/07

# SAILOR STEP



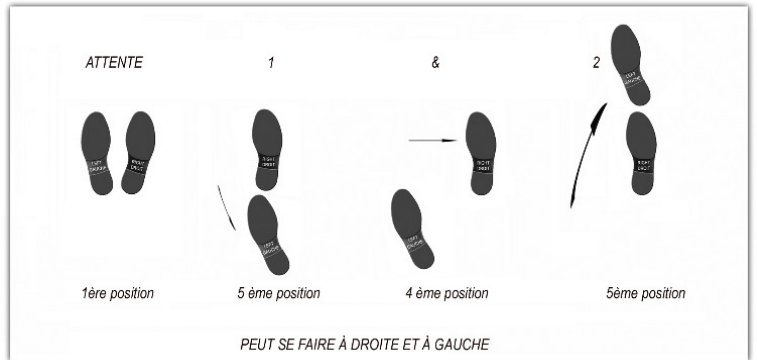
## SAILOR STEP DROIT



© Jack - TIA65'N CO 09/07



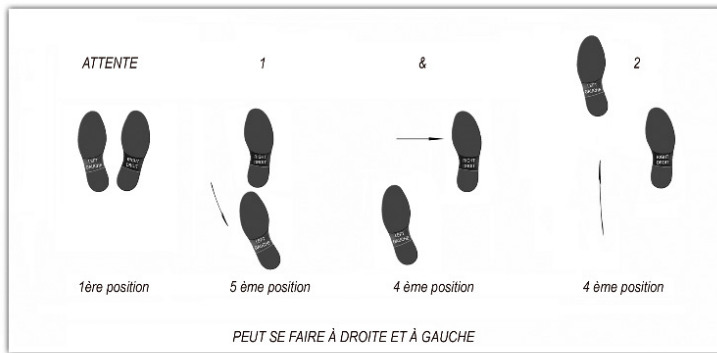
## BEHIND SIDE CROSS



© Jack - TIA65'N CO 09/07



## SAILOR STEP MODIFIÉ

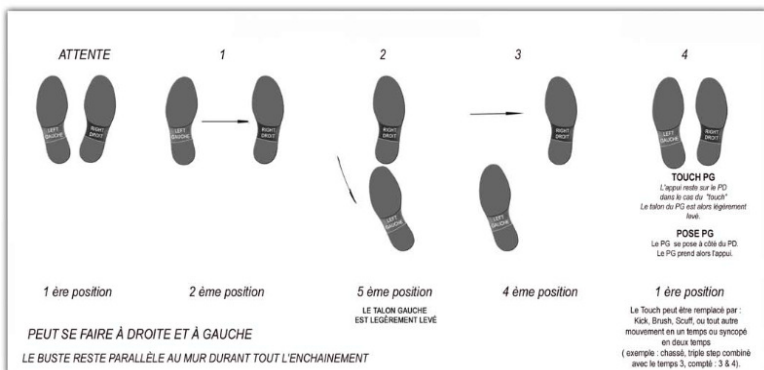


© Jack - TIA65'N CO 09/07

# GRAPEVINE (VINE)



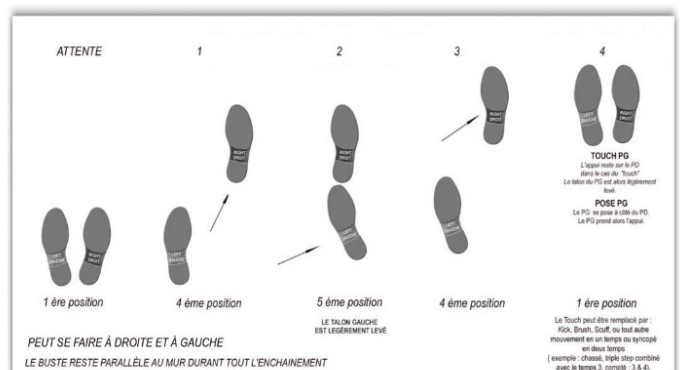
## GRAPEVINE (VINE)



© Jack - TIA65'N CO 09/07



## DIAGONAL GRAPEVINE

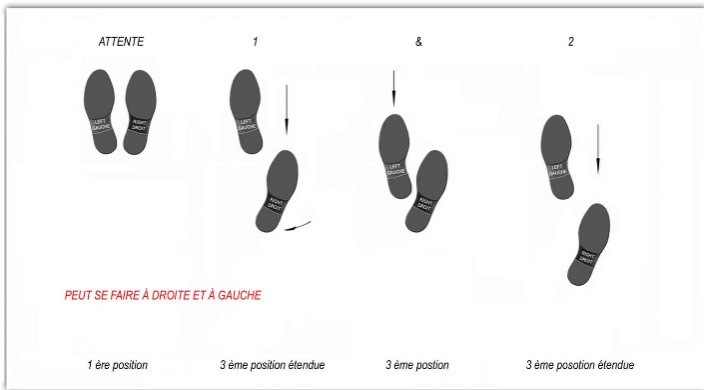


© Jack - TIA65'N CO 09/07

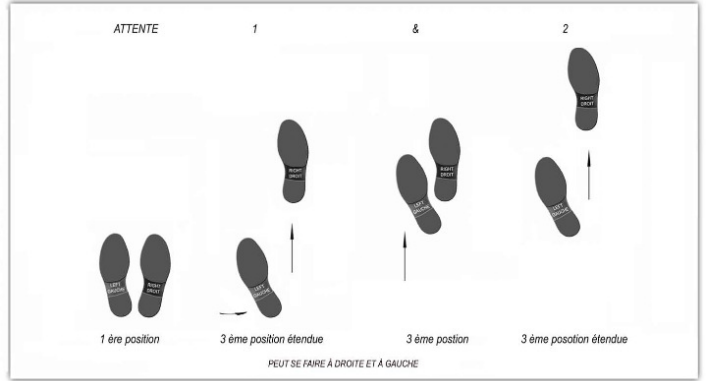
# SHUFFLE



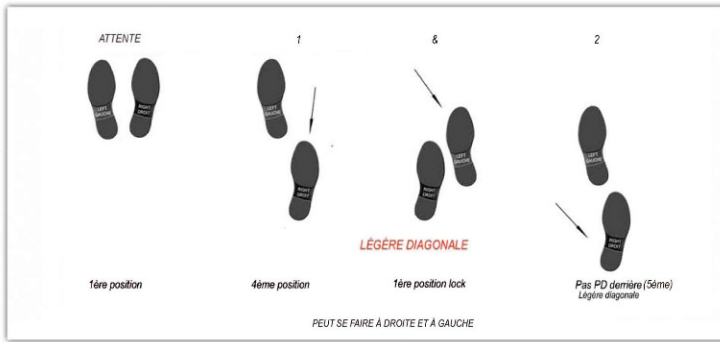
## SHUFFLE ARRIÈRE



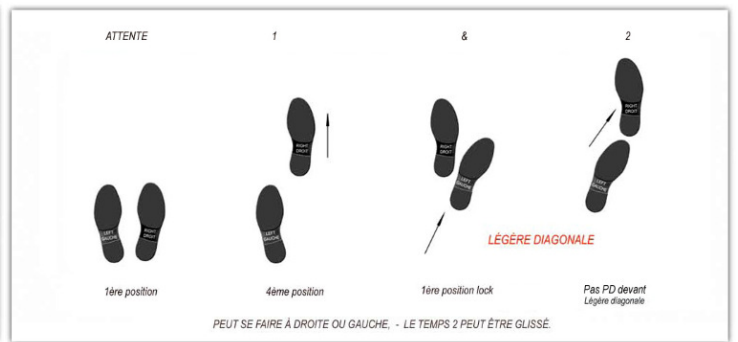
## SHUFFLE AVANT



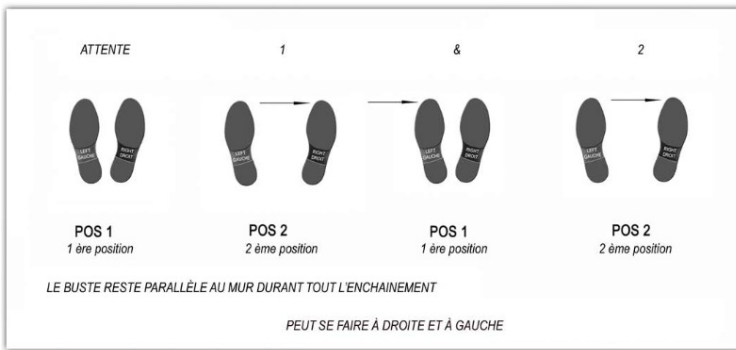
## SHUFFLE LOCK ARRIÈRE



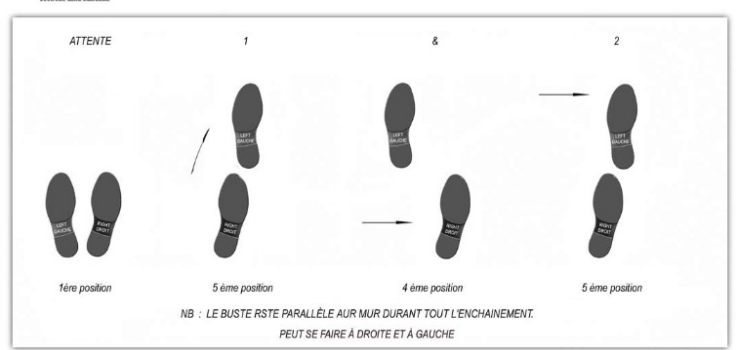
## SHUFFLE LOCK DEVANT



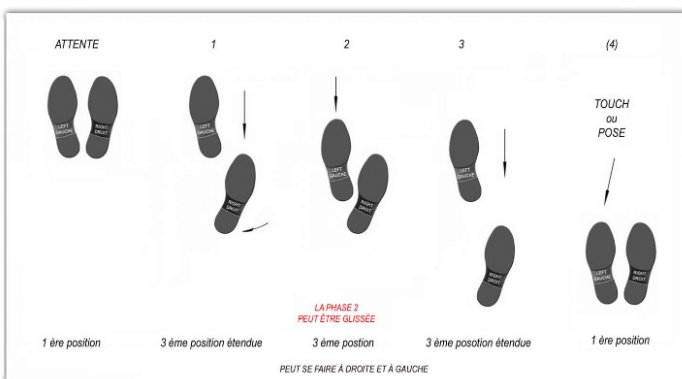
## SHUFFLE CÔTÉ



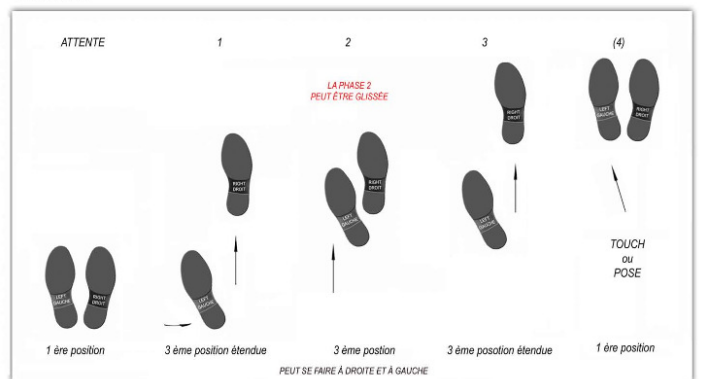
## SIDE CROSS SHUFFLE



## SLOW SHUFFLE ARRIÈRE



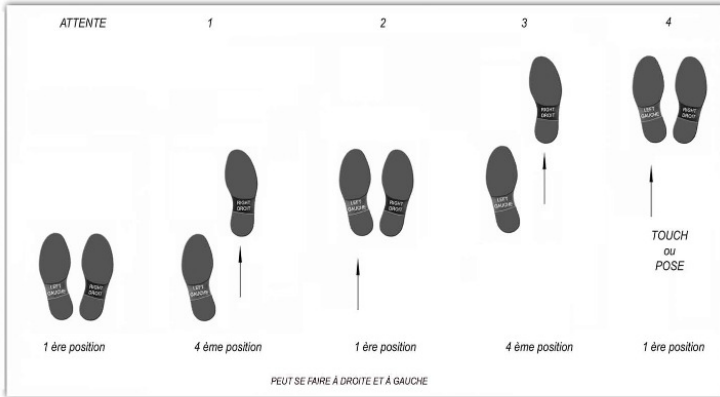
## SLOW SHUFFLE AVANT



# STEPS



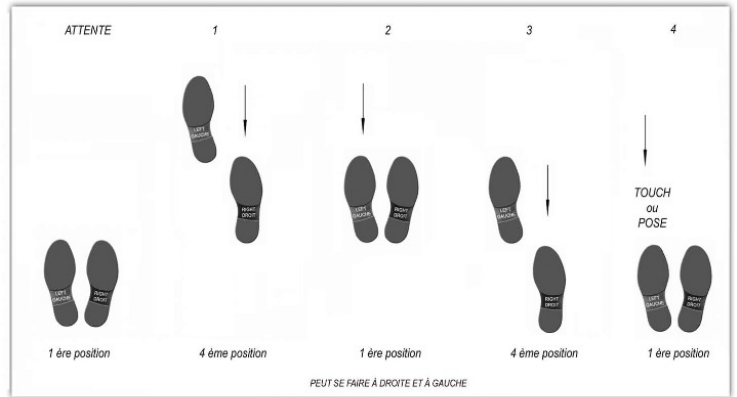
## STEPS AVANT



© Jack - TIA6S'N CO 09/07



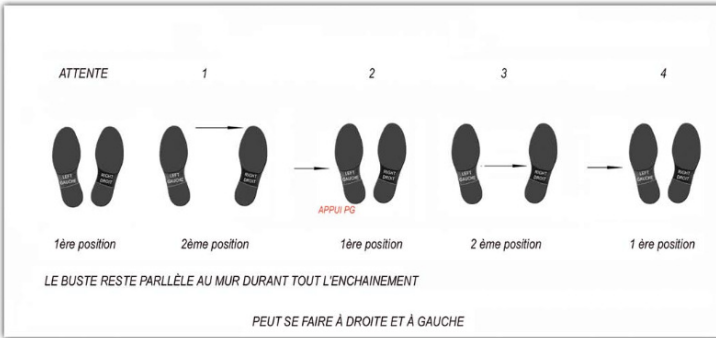
## STEPS ARRIÈRE



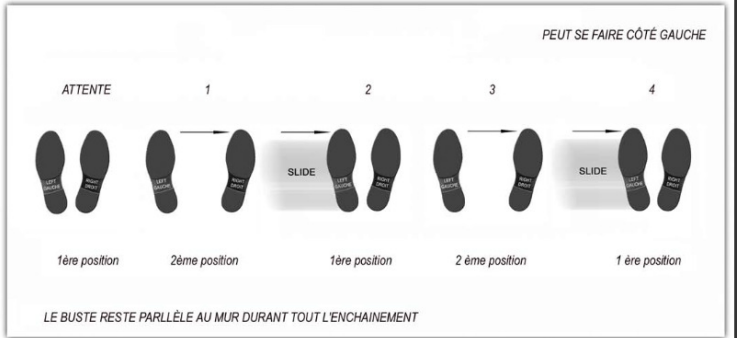
© Jack - TIA6S'N CO 09/07



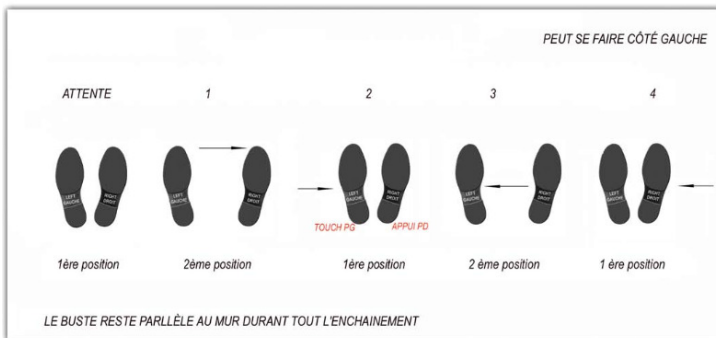
## SIDE STEPS



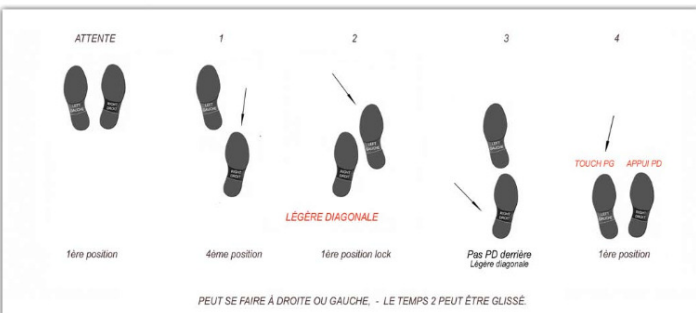
## PAS GLISSÉ CÔTÉ DROIT



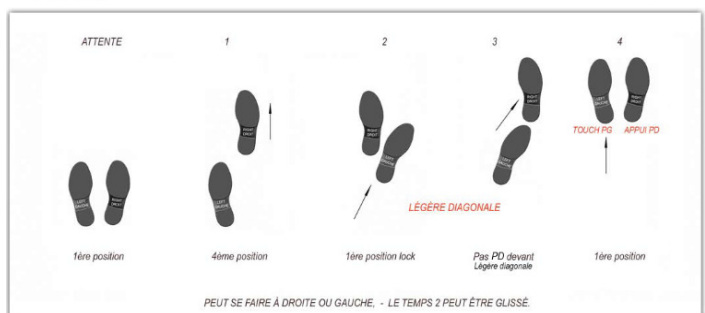
## ALTERNATED SIDE STEPS



## STEP LOCK ARRIÈRE (STROLL)



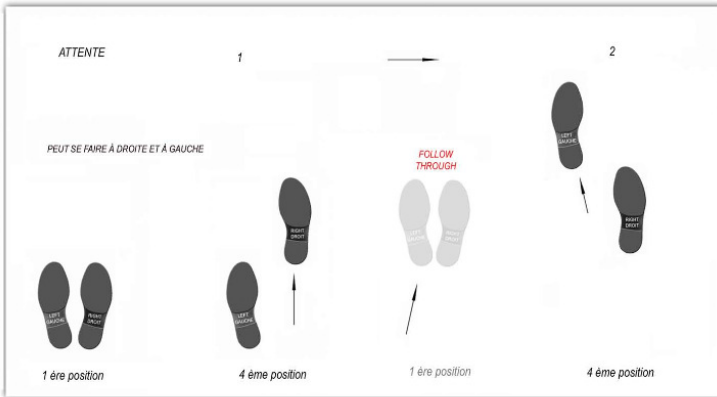
## STEP LOCK AVANT (STROLL)



# WALKS



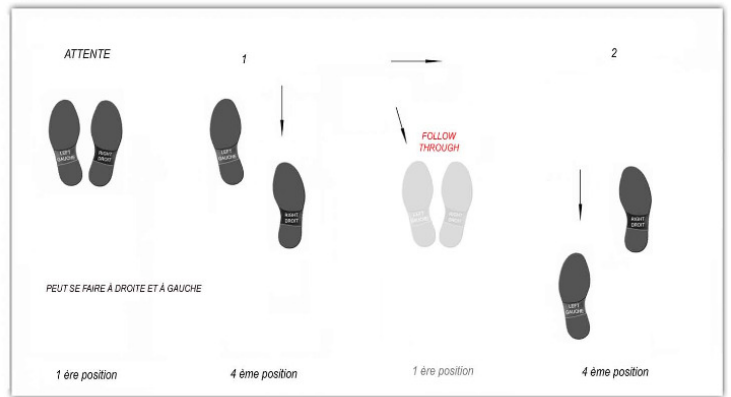
## MARCHE MARCHE DEVANT



© Jack - TIAGS'N CO 09/07



## MARCHE MARCHE DERRIÈRE

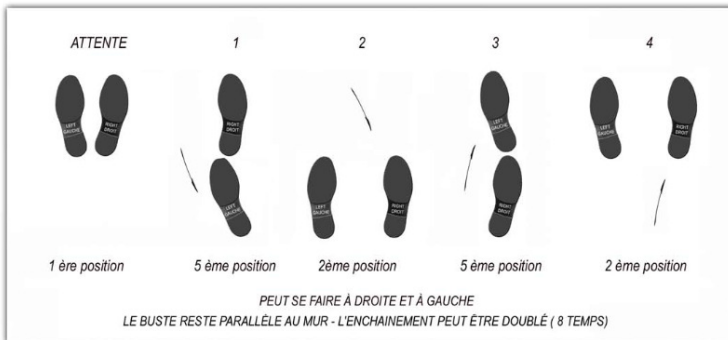


© Jack - TIAGS'N CO 09/07

# WEAVE



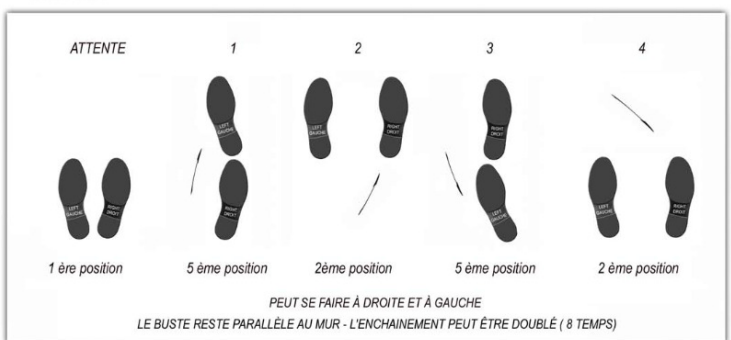
## WEAVE (départ croisé derrière)



© Jack - TIAGS'N CO 09/07



## WEAVE (départ croisé devant)



© Jack - TIAGS'N CO 09/07

# MOUVEMENTS DES PIEDS

## MOUVEMENTS DES PIEDS

© Jack TAGSW CO

MOUVEMENT	C/PTE	APPLI	FONCTION	DIRECTION	POS. DES PIEDS
<b>SWIVELS SUR PLACE</b>	1	PLANTE DES 2 PIEDS	ECARTER LES TALONS DANS LE MEME SENS	G OU D	// ou \ \
	2	PLANTE DES 2 PIEDS	RAMENER LES TALONS AU CENTRE	CENTRE	
<b>PEUT SE FAIRE À DROITE COMME À GAUCHE</b>					
<b>SWIVELS AVEC DEPLACEMENT</b>	1-2	PLANTE DES PIEDS, PUIS TALONS	ECARTER TALONS DANS MEME SENS. ECARTER PLANTES DANS MEME SENS	G OU D	\ \ //
	3-4	PLANTE DES PIEDS, PUIS TALONS	ECARTER TALONS DANS MEME SENS. ECARTER PLANTES DANS MEME SENS	G OU D	\ \ //
<b>LA DIRECTION EST LA MEME POUR LES QUATRE COMPTES</b>					
<b>SWIVET</b>	1-2	PLANTE PG & TALON PD	ORIENTER TALON PG à G & PLANTE PD à D. RAMENER AU CENTRE	DROITE & CENTRE	//
	3-4	PLANTE PG & TALON PD	ORIENTER TALON PG à G & PLANTE PD à D. RAMENER AU CENTRE	DROITE & CENTRE	//
<b>PEUVENT SE FAIRE DOUBLES OU DANS LE SENS INVERSE OU SIMULTANES DANS UN SENS ET DANS L'AUTRE</b>					
<b>TOE FANS</b>	1-2	PLAT PG & TALON PD	ECARTER POINTE DROITE À DROITE, RAMENER POINTE DROITE AU CENTRE	DROITE & CENTRE	//
	3-4	PLAT PG & TALON PD	ECARTER POINTE DROITE À DROITE, RAMENER POINTE DROITE AU CENTRE	DROITE & CENTRE	//
<b>MOUVEMENT QUI PEUT SE FAIRE DU PIED DROIT OU DU PIED GAUCHE</b>					
<b>HEEL FANS</b>	1-2	PLAT PG & PLANTE PD	ECARTER TALON DROIT À DROITE, RAMENER TALON DROIT AU CENTRE	DROITE & CENTRE	//
	3-4	PLAT PG & PLANTE PD	ECARTER TALON DROIT À DROITE, RAMENER TALON DROIT AU CENTRE	DROITE & CENTRE	//
<b>MOUVEMENT QUI PEUT SE FAIRE DU PIED DROIT OU DU PIED GAUCHE</b>					
<b>HEEL SPLITS, PIGEON TOES</b>	1	LES DEUX PLANTES	ECARTER LES DEUX TALONS VERS L'EXTERIEUR	< GPg & > DPd	/ \
	2	LES DEUX PLANTES	RAMENER LES DEUX TALONS AU CENTRE	CENTRE	
<b>TOE SPLITS</b>	1	LES DEUX TALONS	ECARTER LES DEUX POINTES VERS L'EXTERIEUR	< GPg & > DPd	/ \
	2	LES DEUX TALONS	RAMENER LES DEUX POINTES AU CENTRE	CENTRE	
<b>PIGEON TOED MOVEMENT</b>	1	PLANTE PG & TALON PD	ORIENTER TALON PG à D & PLANTE PD à D	DROITE	/ \
	2	TALON PG & PLANTE PG	ORIENTER PLANTE PG à D & TALON PD à D	DROITE	/ \
	3	PLANTE PG & TALON PD	ORIENTER TALON PG à D & PLANTE PD à D	DROITE	/ \
	4	TALON PG & PLANTE PG	ORIENTER PLANTE PG à D & TALON PD à D	DROITE	/ \
<b>PEUT SE FAIRE À DROITE COMME À GAUCHE</b>					
<b>APPLE JACK</b>	1 &	TALON PG & PLANTE PD	ORIENTER PLANTE PG à G & TALON PD à G. RAMENER AU CENTRE	GAUCHE & CENTRE	/ /
	2 &	PLANTE PG & TALON PD	ORIENTER TALON PG à D & PLANTE PD à D. RAMENER AU CENTRE	DROITE & CENTRE	/ /
	3 &	TALON PG & PLANTE PD	ORIENTER PLANTE PG à G & TALON PD à G. RAMENER AU CENTRE	GAUCHE & CENTRE	/ /
	4 &	PLANTE PG & TALON PD	ORIENTER TALON PG à D & PLANTE PD à D. RAMENER AU CENTRE	DROITE & CENTRE	/ /
<b>PEUVENT SE FAIRE ETENDUS A HUIT TEMPS (REPETER LA PHASE COMPLETE: 1 &amp; à 4 &amp;)</b>					
<b>APPLE JACK DOUBLES</b>	1 &	TALON PG & PLANTE PD	ORIENTER PLANTE PG à G & TALON PD à G. RAMENER AU CENTRE	GAUCHE & CENTRE	/ /
	2 &	PLANTE PG & TALON PD	ORIENTER TALON PG à D & PLANTE PD à D. RAMENER AU CENTRE	DROITE & CENTRE	/ /
	3 &&&	TALON PG & PLANTE PD	ORIENTER PLANTE PG à G & TALON PD à G. RAMENER AU CENTRE (X2)	GAUCHE & CENTRE	/ /    / /
	5&&&	PLANTE PG & TALON PD	ORIENTER TALON PG à D & PLANTE PD à D. RAMENER AU CENTRE (X2)	DROITE & CENTRE	/ /    / /
	7 &	TALON PG & PLANTE PD	ORIENTER PLANTE PG à G & TALON PD à G. RAMENER AU CENTRE	GAUCHE & CENTRE	/ /
8 &	PLANTE PG & TALON PD	ORIENTER TALON PG à D & PLANTE PD à D. RAMENER AU CENTRE	DROITE & CENTRE	/ /	