

LINEDANCE - TRINBESKRIVELSE

BEGREB	FORKLARING
Across (cross)	Den frie fod krydser foran den vægtbærende for og tager vægt
Angle	Se Diagonal
Back	Baglæns
Back Coaster Step	Træde tilbage, samle til, træde frem. Alle vægtbærende. Ofte synkoperede
Back Lock Step	Kryds den frie fod tæt foran det vægtbærende ben og tag vægt (lås), træd tilbage på det frie ben
Back Rock	Den frie fod træder tilbage med vægt, derefter føres vægten tilbage til den oprindelige fod
Ball	Fodballe
Behind	Den frie fod krydser bagom den vægtbærende fod og tager vægt
Body Angle	Angiver at kroppen skal drejes i forhold til bevægelsesretningen
Brush	Feje let med fodballen henad gulvet
Bump	Skubbe hofterne til siden, også kaldet Hip Bump
Centre	Stå med samlede fødder og tæerne pegende fremad
Cha Cha Cha	Næsten som shuffle, dog er trinene lige store her (takt 1 og 2)
Change	Skift
Change of weight	Skifte vægten fra fod til fod
Charleston	F.eks. træd frem på venstre, sving højre ben til siden og støt tåen fremme, træd tilbage på højre, sving venstre ben til siden og støt tåen bagude
Chassé	F.eks. træd venstre fod til venstre, træd højre fod ved siden af venstre, træd venstre fod til venstre (takt 1 og 2)
Coaster-step	F.eks. frem på højre, saml venstre til, tilbage på højre ... eller tilbage på højre, saml venstre til, frem på højre (takt 1 og 2)
Cross	Den "frie" fod krydser foran eller bagved den anden fod
Cross Rock	Den frie fod krydser foran med vægt, derefter føres vægten tilbage til den oprindelige fod
Cross Shuffle	Sidebevægelse, synkoperet. Eks.: Kryds højre fod foran venstre, samle venstre fod til (shuffle), træde til venstre med højre fod, alle vægtbærende. Fødderne er krydsede i hele forløbet.
Cuban hips	Cha Cha Cha, men med bløde hofter bevægelser
Diagonal	En vinkel på 45 grader i forhold til lige frem eller lige tilbage
Fan (vifte) Toe / Heel	Start med samlede fødder (toe) drej tåen 90 grader udad og tilbage Start med samlede fødder (heel) drej hælen 90 grader udad og tilbage
Flick	Spark bagud eller til siden, tåen peger fremad
Forward	Fremad
Forward Coaster Step	Træde frem, samle til, træder tilbage. Alle vægtbærende. Ofte synkoperede.
Forward Lock Step	Kryds den frie fod tæt op bag det vægtbærende ben og tag vægt (lås), træd frem på det frie ben

Grapevine	Se Vine
Heel Dig	Hæl sættes i gulvet med eftertryk
Heel Hook	F.eks. højre hæl frem, hæl til skinneben, hæl frem og på plads
Heel Jack	F.eks. tråd diagonalt tilbage på højre fod, stødt venstre hæl diagonalt frem, tråd hjem på venstre fod, stødt højre fod ved siden af venstre
Heel Split	Vægt på begge fodballe, hæle ud, hæle samle Kaldes også Butterfly, Milk eller Pigeon Toes
Heel Step	2 bevægelser på 2 taktslag. F.eks.: Vægten er på venstre, touch højre hæl fremad, tråd højre ved siden af venstre med vægt
Heel Switches	Hurtigt omskiftende heel touches. F.eks.: Vægten er på venstre. På 1 touches højre hæl frem, på og samles højre til, på 2 touches venstre hæl frem, på og samles venstre til
Hip Bumps	At vrikke med hofterne i den angivne retning
Hitch	Løft benet så låret er vandret
Hold	Et taktslag uden fodbevægelse = pause
Home	Betyder hjem - altså fødder på plads
Hook	Det frie ben løftes og anklen krydses foran det vægtbærende skinneben - kan også ske bagom
Hop	Nærmest som at hinke
Jazzbox	3 bevægelser på 3 taktslag. Kan være synkoperet. F.eks.: Kryds højre fod foran venstre ben, tråd tilbage på venstre fod, tråd lidt til højre på højre fod. Alle vægtbærende. 4 taktslag kan være: Cross, step, stomp, scuff eller andet. Der kan indgå drej i Jazzbox, oftest et 1/4 drej på tredje taktslag
Jump	Hoppe med begge fødder (Hop er kun på en fod)
Jumping Jack	En "sprællemænd"
Kick	Spark fremad eller til siden, tåen vender fremad eller opad. Kan udføres som high eller low kick
Kick Ball Change	Oftest synkoperet. Spark med den frie fod, tråd hurtigt ned på samme fodballe, et hurtigt vægtskifte til det frie ben
Kick Ball Cross	Oftest synkoperet. Spark med den frie fod, tråd hurtigt ned på samme fodballe, kryds det frie ben foran det vægtbærende ben
Kick Ball Step	Oftest synkoperet. Spark med den frie fod, tråd hurtigt ned på samme fodballe, tråd frem på det frie ben.
Kick Ball Stomp Up	Oftest synkoperet. Spark med den frie fod, tråd hurtigt ned på samme fodballe, tramp med den frie fod i gulvet uden at tage vægt.
Kick Ball Touch	Oftest synkoperet. Spark med den frie fod, tråd hurtigt ned på samme fodballe, støt med den frie fod ved siden af den vægtbærende ben
Lock	Lås - dvs. det ene ben er tæt krydset foran eller bagved det andet
Lock Step	Kaldes også Vine frem eller tilbage. F.eks. med højre som startben og fremad: Gå frem på højre fod, kryds venstre fod bag højre, gå frem på højre (forreste ben "låser" for det andet ben) - takt 1 og 2
Mambo Step	Oftest synkoperet. Kan laves i alle retninger. Eks.: Rock frem

	på venstre, læg vægten tilbage på højre, træd venstre ved siden af højre og tag vægt
Military Turn	Er en pivot, men altid med ½ drejning på 2 taktslag - husk vægt på begge fodballer
Monterey Turn ½ eller 1/4 - eller 1 hel drejning	F.eks. stødt højre tå til højre, drej ½ omgang til højre på venstre fodballe (saml højre fod til venstre mens du drejer), stødt venstre tå til venstre side, træd venstre fod hjem
Paddle Turn	Det vægtbærende ben forbliver vægtbærende mens den frie fod padler kroppen rundt i den angivne retning, oftest 1/4 drejning på to taktslag. Laves ofte i serier. (Eks. Skiffa Billy)
Pivot Turn	Drejning på begge fodballer. Højre eller venstre. Kan være 1/4, 1/2, eller 3/4. Vægten er efter drejningen oftest på det forreste ben
Point (toe) (heel)	Et touch med tå eller hæl i den angivne retning
Restart	At begynde dansen forfra undervejs i dansen. Laves typisk for at få dansen til passe til vers og omkvæd i et bestemt musikstykke
Rock	En "gyngebevægelse", hvor vægten lægges frem og tilbage, ofte med den ene fod lidt foran den anden - altså at rokke
Rock Step	Den frie fod træder frem med vægt, derefter føres vægten tilbage til den oprindelige fod
Rocking Chair	4 bevægelser på 4 taktslag. Oftest Rock Step efterfulgt af Back Rock
Sailor Step	Oftest synkoperet. F.eks.: Kryds den højre fod bagom det venstre ben og tag vægt, træd lidt til venstre på venstre fod og tag vægt, træd lidt til højre på højre fod og tag vægt - kaldes også Sailor Shuffle
Scissor Step	3 bevægelser på 3 taktslag. F.eks.: Træd til højre på højre fod, træd venstre fod tæt på højre fod, kryds højre fod foran venstre. Alle vægtbærende.
Scoot (hinke)	Et hop frem, tilbage eller siden, mens det andet ben er løftet f.eks. i et Hitch
Scuff	Den frie fod laveret spark fremad hvor hælen berører gulvet med en lyd. Ingen vægt
Shuffle	Bevægelse, frem eller tilbage, synkoperet. F.eks.: Træde frem, samle til, træde frem. Alle vægtbærende
Side	Træd den frie fod i den angivne retning og tag vægt
Slap	Klap med hånden på det angivne. Støvle, knæ eller andet
Slide	At lade den frie fod glide langs gulvet hen til den anden fod og derefter tage vægt
Stamp-up	Tramp med foden uden at støtte på den
Starpoint	Peg med tåen som regel) først frem, til siden, bagud og hjem på plads
Step	At træde med vægt i den angivne retning
Stomp	Tramp med den frie fod i gulvet i den angivne retning og tag vægt
Stomp Up	Tramp den frie fod i gulvet i den angivne retning uden at tage vægt
Strut (spankulere) heel eller toe	Træd frem på hæl på 1. takt sæt tåen i gulvet på 2. takt eller sæt tåen i på 1. takt og hælen ned i gulv på 2. takt
Swivel	Begge hæle svinges ud til siden og retur

Swivet	F.eks. drej højre tå til højre (vægten på højre hæl) og venstre hæl til venstre (vægt på venstre fodballe), drej højre tå til center, samtidig venstre hæl til center. Fødderne følges ad parallelt
Syncopated	Angiver at der foretages bevægelser på halve taktslag. F.eks.: Chassé på tælling 1 og 2
Tag	Et antal ekstra steps der skal danses een eller flere gang i løbet af dansen. Eksempelvis er der i et givet musikstykke et lille mellemstil efter tre vægge, der danses så en tag på samme antal taktslag, hvorefter danses genoptages
Tap	Rør gulvet uden vægt med tå eller hæl - modsat Touch, hvor foden bliver i gulvet
Toe Strut	2 bevægelser på 2 taktslag. F.eks.: Højre tå sættes i gulvet fremme, hælen smækkes i gulvet og der tages vægt
Toe Switches	Hurtigt omskiftende toe touches. F.eks.: Vægten er på venstre. På 1 touches højre tå til siden eller frem, på og samles højre til, på 2 touches venstre tå til siden eller frem, på og samles venstre til
Together	Samle den frie fod til den stående og tag vægt
Touch	Gulvberøring uden vægt, med tå eller hæl
Tree-Step Turn	F.eks. træd venstre fod til venstre og drej 1/2 omgang til venstre, træd højre fod til højre og drej 1/2 omgang til venstre, træd venstre fod til venstre - også kaldet Rolling Vine
Tripple Half Turn	Synkoperet drejning. F.eks.: Træd til højre på højre fod med 1/4 drej (1), træd venstre fod ved siden af højre (og), træd til højre på højre fod med 1/4 drej (2). Alle vægtbærende. Kan laves i alle retninger
Tripple Quarter Turn	Synkoperet drejning. F.eks.: Træd til højre på højre fod med 1/4 drej (1), træd venstre fod ved siden af højre (og), træd frem på højre fod (2). Alle vægtbærende. Kan laves i alle retninger.
Tripple Step	Synkoperet vægtoverførsel på stedet. F.eks.: Træd ned på højre fod (1), flyt vægten til venstre fod (og), træd ned på højre fod (2)
Turn	Vend
Twinkle Step	Bruges i vals. Tre fodbevægelser, hvor man samtidig har kropsbevægelse med. F.eks.: Kryds venstre fod over højre og drej samtidig kroppen lidt mod højre (1), træd lidt til højre på højre fod og drej samtidig kroppen til center (2), træd ned på venstre fod og drej samtidig kroppen lidt mod venstre (3)
Unwind	En drejning 1/4, 1/2, 3/4 eller Full Turn hvor man starter drejningen med fødderne krydsede over hinanden. Dette medfører at man på 1/2 Unwind ender med fødderne parallelle, og ved Full Turn ender med fødderne krydsede modsat af startpositionen. Vægtangivelsen ved afslutningen skal oplyses idet den ikke er entydig
Vaudeville Slow	F.eks. træd højre fod til højre, stødt venstre hæl diagonalt frem, træd hjem på venstre fod, træd højre fod ved siden af venstre

Vine (Grapevine)	Sidebevægelse, 3 bevægelser på 3 taktslag. F.eks.: Træd til højre på højre fod, kryds venstre fod bag højre ben, træd til højre på højre fod. Alle vægtbærende. Takt 4 kan være: Touch, stomp, scuff eller andet
Vine 8 figure	En figur på 8 taktslag, der består af en vine og en fuld drejning. F.eks.: Træd til venstre på venstre fod (1), kryds højre bagom venstre (2), træd venstre fod frem med 1/4 turn mod venstre (3), træd højre fod foran venstre (4), lav 1/2 turn mod venstre og læg vægten på venstre fod (5), drej yderligere 1/4 mod venstre ved at træde højre fod til højre (6), kryds venstre fod bag højre (7), træd til højre på højre fod (8)
Walk	Gå-skridt fremad eller baglæns. Vægtbærende
Waltz	Dans i 3/4 dels takt. Der skiftes oftest vægt på hvert taktslag, og dansen er karakteriseret ved den specielle tælling 1-, 2,3. Der tages oftest et større skridt på (1) og lidt mindre på (2) og (3). Man taler om Rise and Fall i Waltz idet første skridt tages på fodfladen (Fall) og andet og tredje skridt tages på fodballerne (Rise)
Weave	Sidevægelse. Minder om Vine men indeholder to krydsninger. F.eks.: Kryds venstre fod foran højre ben, træd til højre på højre fod, kryds venstre fod bag højre ben, træd til højre på højre fod. Alle vægtbærende.
Willie Walk	Er det samme som Strut