

APPLEJACK APPLEJACK APPLEJACK	1 til L-teen op en draai hak rechts en til R-hak op en draai tenen rechts 2 plaats terug 3 til L-hak op en draai tenen links en til R-tenen op en draai hak links
BEHIND	voet kruist achter andere voet
BEND	buig de knieën sterk
BOOGIE MOVE BOOGIE MOVE	strek been en til hak van de voet op (heupen komen daarbij omhoog)
BOOGIE WALK BOOGIE WALK BOOGIE WALK	loop beweging waarbij tijdens het lopen de heupen omhoog geduwd worden (als bij boogie move)
BOX STEP BOX STEP BOX STEP BOX STEP BOX STEP BOX STEP BOX STEP BOX STEP BOX STEP BOX STEP	1 stap voor 2 sluit aan 3 stap opzij 4 sluit aan ga nu door met een volgende "L" vorm 1 stap achter 2 sluit aan 3 stap opzij 4 sluit aan
BRUSH	veeg met de bal van de voet over de vloer
CENTERING CENTERING	het midden van je borstbeen brengen tot boven je dragende voet
CHARLESTON STEP CHARLESTON STEP CHARLESTON STEP CHARLESTON STEP	1 stap voor 2 tik teen voor 3 stap achter 4 tik teen achter
CHASSE CHASSE CHASSE	1 stap opzij & sluit naast 2 stap opzij
CLAP	klap in handen
CLOSE CLOSE CLOSE	de voeten naast elkaar plaatsen waarna we met dezelfde voet verder gaan (gewicht wordt dus niet verplaatst)
COASTER STEP COASTER STEP COASTER STEP	1 stap achter & stap naast 2 stap voor
CONTRA BODY MOVEMENT CONTRA BODY MOVEMENT	het draaien van het bovenlichaam, tegengesteld aan de richting waarin je een draai wilt maken
CROSS	voet kruist voor andere voet
CROSS BEHIND	voet kruist achter andere voet

CROSS ROCK CROSS ROCK	1 zet gekruist over 2 gewicht terug
CROSS SHUFFLE CROSS SHUFFLE CROSS SHUFFLE	1 stap gekruist over & sluit bij 2 stap gekruist over
DIG	het in de grond duwen van de bal van de voet
DRAG	met een gebogen knie je andere been bijslepen
FLEX	buig de knieën lichtjes
FLICK	een schoppende beweging naar achter
FOLLOW	het lichaam volgt de bewegende voet
FULL TURN FULL TURN	1 LV/RV stap 1/2 voor LV/RV draai 1/2 door en RV/LV stap voor
HEEL BOUNCES	tik meerdere malen met de hak op de vloer
HEEL FAN HEEL FAN HEEL FAN	voeten staan naast elkaar en in 2 tellen draait de hiel van de ene voet naar buiten en weer terug
HEEL JACK HEEL JACK	1 sprongetje LV/RV teen achter, RV/LV hak voor 2 sprongetje terug naar midden
HEEL SPLIT (VLINDER) HEEL SPLIT (VLINDER) HEEL SPLIT (VLINDER)	voeten staan naast elkaar en in 2 tellen draaien hielen van beide voeten naar buiten en weer terug
HEEL STRUT HEEL STRUT	1 zet hiel neer 2 laat teen zakken
HEEL SWITCHES HEEL SWITCHES HEEL SWITCHES	1 tik hak voor & stap terug 2 tik andere hak voor
HEEL TAP	tik hak voor
HEEL TOUCHES HEEL TOUCHES	1 tik hak voor plaats terug
HINGE TURN	draai op je standbeen
HIP BUMPS/DUMP	duw heupen opzij/omhoog
HIP SWAYS	zwaai heupen opzij
HIP LIFT HIP LIFT	voeten staan naast elkaar duw heup omhoog door been te strekken

HIP LIFT TAP SIDE HIP LIFT TAP SIDE	als hip lift maar strek hierbij been opzij en tik rechts/links opzij
HITCH	til knie op
HOLD	rusttel
HOOK	voet kruist voor/achter andere been
HOOK COMBINATION HOOK COMBINATION HOOK COMBINATION HOOK COMBINATION	1 tik hak voor 2 voet kruist voor andere been 3 tik hak voor 4 sluit naast
HOP	1 een sprongetje met opgetrokken andere knie
ISOLATION	afzonderlijk bewegen van boven en onderlichaam
JAZZBOX JAZZBOX JAZZBOX JAZZBOX	1 stap gekruist over 2 stap achter/voor 3 stap naast achter/voor 4 stap voor
KICK	schop voor/opzij
KICK BALL CHANGE KICK BALL CHANGE KICK BALL CHANGE	1 schop voor & zet bal van de voet naast 2 til op en plaats terug
KICK BALL CROSS KICK BALL CROSS KICK BALL CROSS	1 schop voor & zet bal van de voet naast 2 stap gekruist voor
KICK BALL STEP KICK BALL STEP KICK BALL STEP	1 schop voor & zet bal van de voet naast 2 stap voor
KNEE POP	beweeg de knie naar voor (center) en terug
KNEE ROLL KNEE ROLL	1 draai knieën naar binnen/buiten of draai knieën van links naar rechts/rechts naar links
LOCK STEP LOCK STEP LOCK STEP	1 stap voor/achter & haak voet voor/achter andere voet 2 stap voor/achter
LUNGE LUNGE	zet RV/LV opzij, buig door knie en leun hierop gewicht terug op LV/RV
MAMBO STEP MAMBO STEP MAMBO STEP	1 zet voor, achter, zijwaards & gewicht terug 2 sluit naast

MONTEREY TURN	1 tik teen opzij
MONTEREY TURN	2 draai 1/2 en sluit naast
MONTEREY TURN	3 tik teen opzij
MONTEREY TURN	4 sluit naast
MONTEREY TURN	5 tik teen opzij
MONTEREY TURN	6 draai 1/2 en sluit naast
MONTEREY TURN	7 tik teen opzij
MONTEREY TURN	8 sluit naast
PADDLE TURN	1 zet voet voor
PADDLE TURN	2 draai op andere voet 1/8, 1/4
PELVIC THRUST	kantel het bekken
PIVOT	1 stap voor
PIVOT	2 draai op bal beide voeten al naar gelang
PIVOT	aangegeven 1/8, 1/4 of 1/2
POINT/TAP	tik opzij
ROCK BACK	1 zet achter
ROCK BACK	2 gewicht terug
ROCK STEP	1 zet voor
ROCK STEP	2 gewicht terug
RONDE	maak een halve cirkel met de teen over de vloer
SAILOR STEP	1 stap gekruist achter
SAILOR STEP	& stap opzij
SAILOR STEP	2 stap iets uit elkaar naast
SAILOR STEP 1/2 TURN	1 draai 1/4 en stap gekruist achter
SAILOR STEP 1/2 TURN	& stap naast
SAILOR STEP 1/2 TURN	2 draai 1/4 door en stap naast
SCISSOR STEP	1 stap iets opzij
SCISSOR STEP	& stap naast
SCISSOR STEP	2 stap gekruist over
SCOOT	1 een sprongetje (met de voet over de vloer)
SCOOT	met opgetrokken andere knie
SCUFF	veeg met de hak over de vloer
SHIMMY	schud schouders
SHUFFLE	1 stap voor
SHUFFLE	& sluit bij
SHUFFLE	2 stap voor
SHUFFLE 1/2 TURN R./L.	1 stap 1/4 gedraaid voor
SHUFFLE 1/2 TURN R./L.	& sluit bij
SHUFFLE 1/2 TURN R./L.	2 stap 1/4 gedraaid door

SHUFFLE BACK	1 stap achter
SHUFFLE BACK	& sluit bij
SHUFFLE BACK	2 stap achter
SHUFFLE BACK 1/2 TURN R./L.	1 stap 1/4 gedraaid achter
SHUFFLE BACK 1/2 TURN R./L.	& sluit bij
SHUFFLE BACK 1/2 TURN R./L.	2 stap 1/4 gedraaid door
SIDE	stap opzij
SIDE ROCK	1 zet links/rechts
SIDE ROCK	2 gewicht terug
SIDE MAMBO	1 zet links/rechts
SIDE MAMBO	& gewicht terug
SIDE MAMBO	2 sluit naast
SIDE MAMBO CROSS	1 zet links/rechts
SIDE MAMBO CROSS	& gewicht terug
SIDE MAMBO CROSS	2 stap gekruist voor
SIDE MAMBO STEP	1 zet links/rechts
SIDE MAMBO STEP	& gewicht terug
SIDE MAMBO STEP	2 stap voor
SKATE	schuif je voet schuin voor
SLIDE	sleep na stap andere voet langzaam over de
SLIDE	vloer naar de voet waar je gewicht op staat
STEP	1 stap naar voren
STEP BACK	1 stap naar achteren
STOMP	stap met een stamp op de vloer
STOMP	gevolgd door een stap met andere voet
STOMP UP	stamp op de vloer
STOMP UP	gevolgd door een stap met dezelfde voet
SUGAR FOOT	lopen met een swivelachtige beweging
SUGAR FOOT	(teen-hak-teen)
SWEEP	maak een halve cirkel met de teen over de vloer
SWEEP	(is meestal tijdens een draai)
SWIVEL	beweeg eerst de hielen/tenen naar rechts/links en
SWIVEL	dan de tenen/hielen naar rechts/links
SWIVET	til L-teen op en draai hak links
SWIVET	en tegelijk til R-hak op en draai teen rechts
SYNCOPATED	een stap waarin een & tel zit (zoals 1&2)

TAP/POINT	tik aan	
TOE FAN TOE FAN TOE FAN	voeten staan naast elkaar en in 2 tellen draait de teen van de ene voet naar buiten en weer terug	
TOE SPLIT TOE SPLIT TOE SPLIT	voeten staan naast elkaar en in 2 tellen draaien tenen van beide voeten naar buiten en weer terug	
TOE STRUT TOE STRUT	1 zet teen neer 2 laat hiel zakken	
TOE SWITCHES TOE SWITCHES TOE SWITCHES	1 tik teen opzij & stap naast 2 tik teen opzij andere kant	
TOE TAP	1 tik teen voor/opzij/achter	
TOE TOUCH TOE TOUCH	1 tik teen voor plaats terug	
TOGETHER TOGETHER TOGETHER	de voeten naast elkaar plaatsen waarna we met de andere voet verder gaan (gewicht wordt dus verplaatst)	
TORQUE	zie contra body movement	
TOUCH	tik naast	
TRIANGLE TRIANGLE TRIANGLE TRIANGLE	1 stap gekruist over 2 stap achter/voor 3 stap naast achter/voor 4 sluit naast	
TRIPPLE STEP TRIPPLE STEP TRIPPLE STEP	1 stap op de plaats & stap op de plaats 2 stap op de plaats	
TRIPPLE TURN TRIPPLE TURN TRIPPLE TURN	1 stap 1/4 of 1/2 gedraaid naast & sluit bij 2 stap 1/4 of 1/2 gedraaid naast	let op: de draai is dus op de plaats
TURN SHUFFLE TURN SHUFFLE TURN SHUFFLE	1 stap 1/4 of 1/2 gedraaid voor & sluit bij 2 stap 1/4 of 1/2 gedraaid door	let op: bij de draai is de beweging dus vooruit/achteruit
TWINKLE TWINKLE TWINKLE	1 stap gekruist over 2 stap opzij 3 stap iets uit elkaar naast	
TWIST TURN/UNWIND TWIST TURN/UNWIND	een draai op beide voeten als gevolg van het overkruizen van de voeten	

UNWIND/TWIST TURN een draai op beide voeten als gevolg van het over-  
UNWIND/TWIST TURN kruizen van de voeten

VAUDEVILLE 1 stap iets schuin achter  
VAUDEVILLE 2 kruis andere voet over  
VAUDEVILLE 3 stap iets schuin achter  
VAUDEVILLE 4 zet hak schuin voor

VINE 1 stap opzij 1)stap gekruist voor/achter  
VINE 2 stap gekruist voor/achter 2)stap opzij  
VINE 3 stap opzij 3)stap gekruist voor/achter

WALK is meer dan 1 stap naar voren

WALK BACK is meer dan 1 stap naar achteren

WEAVE is vine met meer dan 4 tellen

### Extra beschrijvingen

AND/& een halve tel b.v. 1 & 2

B.P.M. beats per minute (tempo van de muziek)

CALL een manier om verkort een stappen patroon weer te geven  
CALL bijv. behind, side, cross

CCW (counter clock wise) tegen de klok in

CW (clock wise) met de klok meegaan

ILOD (inside line of dance) binnen de dansrichting links van de kring

OLOD (outside line of dance) buiten de dansrichting rechts van de kring

LOD (line of dance) met de dansrichting mee

RLOD (rear line of dance) tegen de dansrichting in

POSTURE houding (balans en uitstraling)

RESTART het opnieuw beginnen van de dans

TAG extra stukje dans wat je invoegt

BRIDGE extra stukje dans wat je invoegt  
BRIDGE om extra tijd in de muziek te overbruggen

BEGINNER/NEWCOMER/NOVICE 1

IMPROVER 1-2

INTERMEDIATE 2

ADVANCED 3

VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES

POS 1) voeten naast elkaar



VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES

POS 2) voeten iets uit elkaar  
(25 - 30 cm)



VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES

POS 3) hak van ene voet tegen binnenkant  
van het midden van de andere voet



VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES

3.EXT.) zie pos. 3 maar dan iets verwijderd  
van andere voet



VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES

POS 4) lopen voor of achteruit



VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES

POS 5) hak van ene voet tegen teen van  
andere voet



VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES

5.EXT.) zie pos. 5 maar dan iets naar voren  
verplaatst



VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES  
VOETPOSITIES

POS 6) RV/LV is gekruist voor andere voet

