

Western Line Dancers

- Hjem
- Nytt på sidene
- Bilder
- Dansene vi danser
- Dansegrupper
- Danseplaner
- Musikkvalg
- Hva skjer?
- Hvem er vi?
- Priser
- Instruktørkurs
- Kurs i Line Dance
- Instruktørene
- Linker
- Merittliste
- Referanser
- Oppdrag vi tar
- Brudevals?
- Opprinnelse

- Rapporter
- Forslagsboksen
- Video's
- Kjøp & Salg
- Utleie
- Norgeslisten
- WLD-Toppliste
- Konkurranser
- Cato's Schedule
- Cato's Koreografi
- Promotion
- Presseklipp
- Stillinger
- Humor

- WLD Hallingdal
- WLD Hordaland
- WLD Hedemark

:: Kontakt oss :: Legg til WLD i favoritter :: Gjestebok ::

Linedance terminologi

av

Cato Larsen

© 2003-2004

Ønsker du å laste ned denne siden for å kunne skrive den ut for privat bruk? Sidene er tilpasset utskrift på A4 ark.
- Last ned her:

Dette er en oversikt over begrep, uttrykk og terminologi brukt i linedance.

Vær oppmerksom på at flere av uttrykkene ikke er "danseterminologi", men uttrykk som har kommet til innen linedancen i senere tid!
Er det en link på ordet, kommer du til en side som forklarer hvordan steget/trinnet egentlig skal gjøres. Denne siden her, forklarer bare hva som er mest vanlig i linedance sammenheng!

🔗 Apple Jack

-Med vekten på den ene fotens (v) hel og den andre fotens (h) tåballe, bevegtes den delen av føttene som er uten vekt til den ene siden.
Om venstre tåballe er uten vekt, skal føttene bevegtes til venstre og om høyre tåballe er uten vekt, skal føttene bevegtes til høyre. NB! Det er kun den delen av foten som er uten vekt som skal bevegtes!

EKS: Swivel venstre tå og høyre hel til venstre (&), Swivel venstre tå og høyre hel tilbake til senter (1), Swivel høyre tå og venstre hel til høyre (&), Swivel høyre tå og venstre hel tilbake til senter (2).

🔗 Chain Turn

-En delvis avansert full turn hvor selve vendingen gjøres i to vendinger. En Chain Turn [shanæi] er en "pulserende" turn. Gjøres ofte flere etter hverandre så de blir "lenket" i sammen. Derav navnet.

EKS: Step venstre 90 grader til venstre og Prep for en full turn (1).
I det du stepper høyre inntil venstre, snur du 90 grader mot venstre. Nå har du begge ben samlet ved siden av hverandre. Vekten ligger mest over høyre! Fortsett å snu 3/4 turn til mot venstre. Dette skjer på høyre ben, men venstre føres med rundt (uten vekt, men inntil høyre) og når du når frontveggen igjen, releases venstre ben. Klar til å gjøre en Chain Turn igjen om du vil. Du vil nå stå i en åpen 3. posisjon.

🔗 Charleston Step

- Charleston Step etterligner de stegene/bevegelsene man gjorde i Charleston på 20 tallet. Kan gjøres på mange forskjellige måter, men basisen er den samme. Gå fram, Kick eller touch i front, Gå bak, Point bak. Hva skal man starte med i et Charleston Step? Ingen regler gjelder, det er steg-kombinasjonen som gjør at det kalles et Charleston Step.

EKS: Step fram på venstre (1), Touch høyre tå i front (2), Step bak på høyre (3), Touch venster tå bak (4).

🔗 Chasse

- Chasse er egentlig bare en sidelengs bevegelse. I linedance missbrukes dette uttrykket ofte. Chasse er å steppe til siden med et ben og steppe det andre inntil. Ikke definert med et visst antall bevegelser eller telling. Opprinnelig brukt om en bevegelse som var "Smooth" og slidet langs gulvet.

EKS: Step høyre til høyre (1), Step venstre inntil (2).
EKS 2: Step høyre til høyre (1), Step venstre inntil (&), Step høyre til h. (2).

Heartland Western Store

- Country CD'er
- Linedancer Magazine
- Dance Sneakers (Skotøy)
- Instructor Video's

Linedanc'ens Gule Sider

- Web adresser
- E-Post adresser
- Stedsoversikt
- Kontaktpersoner
- Antall medlemmer

Er DERE med?

Søk i Western Entertainment

Info service

Meld deg på vår e-post liste og få info om aktuelle arrangementer via våre infoskriv
Siste utsendte skriv:
- Les mer

Anbefalte Danser:

- Liverpool Fling
- Sugar And Pai
- Shakin' With Shaky
- Nu Flow
- Hole In The Head
- L-A-Ex
- Lights Out
- Verse 2
- Tell Me Why It Hurts

Linedancer Magazine



Nytt nummer i salg nå
Mars '04

Copyright © 2000-2004
Western Entertainment

(Dette siste eksemplet er også en Shuffle fordi timingen er 3 steg utført over 2 hele taktslag med musikk. (1&2))

== Chugg

- Ikke et begrep som har noe med dans og gjøre, men har blitt "oppfunnet" i linedance miljøet. Er en kombinasjon av en Hitch og en Turn. Veldig likt en paddleturn, bortsett fra at du ikke har noe vektskifte i en Chugg.

EKS: Hitch høyre i kryss over venstre (&), Point høyre tå til høyre (1).

Hitch høyre i kryss over venstre (&), Snu 90 grader mot venstre og Point høyre tå til høyre (2).

== Coaster Step

- Coaster Step er unikt i linedance sammenheng. Gjøres både fremover og bakover.

EKS: Step bak på høyre (1), Step venstre inntil høyre (&), Step fram igjen på høyre (2).

== Cross Shuffle

- Cross Shuffle er en Shuffle som krysser over et ben.

EKS: Step høyre i kryss over venstre (1), Step venstre til venstre (&), Step høyre i kryss over venstre (2).

== Cross Step

- Er et step hvor det bevegelige benet stepper i kryss foran eller bak det andre. Utføres i 3. eller 5. posisjon.

== Dip

- Betyr å senke. Man "setter" seg ned på hoftene ved å bøye knærne litt. Hold overkroppen rak.

== Flick

-

== Heel Bounce

- Gjøres ved å løfte helen(e) fra gulvet, Legg vekten ned igjen på hele foten. Bevegelsen gjøres ved å "poppe" knærne ut og fram.

== Heel Jack

- Et kombinasjonstrinn du finner ofte i disco-freestyle.

EKS: Step høyre litt diagonalt bak til høyre (&), Touch venstre hel diagonalt fram til venstre (1), Step venstre tilbake til senter (&), Touch eller Step høyre inntil venstre (2). Fortsettes ofte med neste ben også.

== Heel Switches

- Se Switches.

== Hitch

- Betegner egentlig bare en kneløft. Det eneste er at kneet skal løftes i front slik at benet du løfter ikke blir værende bak overkroppen, men i front.

== Hook

- Det ene benet krysses opp i front av det andre benets kne.

== Jazz Box

- Kalles ofte også Box Step. Fire takter, fire bevegelser. Måten du går på vil danne en triangel på gulvet.

EKS: Step høyre i kryss over venstre (1), Step litt bak på venstre (2), Step høyre til høyre side (3), Step venstre inntil eller litt fram (4).

Danseterminologi

Her finner du det meste av danseterminologi. Mye er hentet fra ballet, men også standardterminologi fra alle andre danseformer er tatt med.

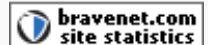
Hot news:



DVD Dixie Chicks
Kun. 299,50

Visitors:

196342



⚡ Kick Ball Change

- Egentlig et kombinasjonstrinn bestående av en Kick og et kvikt vektskifte fra ben til ben. Typisk i linedance sammenheng.

EKS: Kick høyre fot fram (1), Step høyre tåballe inntil venstre og løft venstre fot bitte litt over gulvet (&), Step ned på venstre igjen (2).

⚡ Kick Ball Step

- Bare en variant av ovenfornevnte trinn. Forskjellen her er at du skal steppe fram og ikke inntil med det benet som gjør et kvikt vektskifte.

(I eksemplene her er det venstre).

EKS: Kick høyre fot fram (1), Step høyre inntil venstre (&), Step fram på venstre (2).

⚡ Kick Ball Touch/Point

- Ennå en variant av ovenfornevnte trinn. Forskjellen er at du ikke skifter vekt etter å ha steppet ned på beinet du kicket med.

Missmisende navn siden du stepper ned på flat fot og ikke bare tåballen.

EKS: Kick høyre fot fram (1), Step høyre fot inntil venstre (&), Point venstre tå til venstre side (eller fram eller i kryss over høyre) (2).

⚡ Lock Step

- Et step som feiltolkes mye. Man skal ikke "låse" det ene benet i kryss bak eller foran det andre.

Tenk heller fotposisjoner. Bruk 3. eller 5. posisjon i et Lock Step. Men prøv å "Locke" benene til hverandre ved å lukke så mye av åpningen mellom benene som mulig. Det "låsende" benet's kne bør nesten berøre baksiden av det andre benet.

⚡ Lunge

- Henviser til en måte å "lene" seg over et ben på.

Nesten som et Rock Step, men i forskjell fra et Rock Step, skal du i en Lunge legge all vekt over på det "Rockende" benet med bøyd kne.

⚡ Mambo Step

- Dette er det grunntrinnet som danses i bl.a. Salsa

Danses i alle himmelretninger. Både fram og bak og til sidene.

Et ekte Mambo Step med Salsa eller Mambo timing, danses ikke på telling 1&2, 3&4 osv som vi ofte gjør i linedance. Timingen i Mambo og Salsa er, grunnet tempoet i musikken, 1,2,3 Hold 4 - 5,6,7 Hold 8.

(I Salsa kan tellingen være forskyvet, avhengig av hvilken Salsa stilart det danses).

EKS: Step fram høyre (1), Rock tilbake på venstre (2), Step høyre inntil venstre (3), Hold (4).

EKS 2: Step venstre til venstre (1), Rock tilbake på høyre (2), Step venstre inntil høyre (3), Hold (4).

⚡ Mashed Potato

- Ikke noe grunntrinn, men et trinnsekvens bestående av både et step og heel swivels. En trinnsekvens som oftest brukes i litt funky danser.

EKS: Med vekten på tåballene; Splitt helene fra hverandre (&), Swivel helene inn igjen og Step samtidig det ene benet bak det andre (1).

⚡ Monterey Turn

- En turn som er unik i linedance sammenheng. Består i hovedregel av 4 elementer. En point, En vending, En point, En samling av føttene.

Gjøres i både 1/4, 1/2, 3/4 og Full Turns.

EKS: Point venstre tå til venstre side (1), Snu 180 grader mot høyre ved hjelp av overkroppen og dra venstre fot parallellt inntil høyre mens du snur og Step dette inntil når du har fullført vendingen (2), (IKKE bruk det

pointende benet som en svingstang for å komme deg rundt!), Point venstre tå til venstre side (3), Step venstre inntil høyre (4).

⇄ Paddle Turn

- En vendingsekvens der man på en måte Rocker fra ben til ben mens man snur seg litt på hver steg. Menyen vil an vise hvor mye du skal snu og timingen det skal foregå på, men som oftes telles en Paddle Turn 1&, 2& osv. Eller &1, &2.....

EKS: Begynn turnen med å Steppe venstre litt mot venstre (1), Rock tilbake på høyre og fortsett turnen i samme retning ved å Steppe høyre litt bakover mot høyre (&). Og slik fortsetter du i det antall takter dansebeskrivelsen anviser.

⇄ Pivot

- Betyr enkelt å greit å dreie, vende, snu.

⇄ Pivot Turn

- En Pivot Turn derimot er en definerbar vending med dertil egne regler. Om en vending skal være en Pivot Turn, skal den utføres på ett ben, med konstant avstand mellom bena igjennom hele turnen, og fotposisjonen skal også være konstant (med noen få unntak).

EKS: Med vekten på høyre ben hvor høyre ben befinner seg foran det venstre (4. posisjon eller åpen 5.) Snu på høyre tåballe 180 grader mot høyre og Step bak på venstre. Venstre ben løftes bare såvidt over gulvet til at du unngår subbing! Selve vendingen du her utførte er en "Pivot Turn"

⇄ Switches

- Det er to typer av Switches. Toe Switches og Heel Switches. Toe Switches gjøres som regel til side og side, men også i front. Heel Switches gjøres til front.

EKS: Touch venstre hel fram (1), Step venstre inntil høyre (&), Touch høyre hel fram (2).

EKS 2: Touch venstre tå til venstre side (1), Step venstre inntil høyre (&), Touch høyre tå til høyre side (2).

⇄ Toe Switches

- Se Switches.

⇄ Tripple Step

- Bare en fellesbetegnelse på alle kominasjoner som utfører 3 steg på 2 hele taktslag med musikk. Et tripple step telles 1&2, 3&4 osv.

⇄ Twinkle

- En bevegelse som er veldig typisk i vals! En twinkle vil bevege seg mot diagonalene av rommet.

EKS: Step venstre i kryss over høyre (åpen 5.posisjon) (1), Step høyre diagonalt fram til høyre (åpen 3.posisjon) (2), Snu overkroppen diagonalt mot venstre og Step venstre diagonalt fram til venstre (3).

⇄ Vauderville

- En mer avansert variant av en Heel Jack.

I stedet for å steppe inntil med benene før du starter en ny Heel Jack, vil du i en Vauderville krysse over.

EKS: Step høyre i kryss over venstre (1), Step venstre litt til venstre (&), Touch høyre hel diagonalt fram til høyre (2), Step høyre inntil venstre (&), Step venstre i kryss over høyre (3), Step høyre til høyre (&), Touch venstre hel diagonalt fram til venstre(4).

⇄ Rock

- Henviser til et vektskifte. Forskyv vekten fra det ene benet over til det andre fortrinnsvis med hjelp av hoftene. Dette skaper en liten gyngende bevegelse som navnet betegner.

⇄ Rock Step

- Består av to elementer. Et Step og en Rock bevegelse.

EKS: Step fram på høyre (IKKE løft venstre fot opp fra gulvet) (1), Rock tilbake igjen på

venstre (2).

Running Man

- Et funky street dance trinn. Man prøver å skape en illusjon av at man løper uten å komme noen vei. Altså på stedet hvil.

EKS: Step fram på høyre (1), Hitch høyre kne samtidig som du slider høyre fot innunder kroppen igjen og legger vekt på dette benet (&).

Fortsett så samme kombinasjon med motsatt ben.

Sailor Step

- Nok et kombinasjonstep som er unikt i linedance sammenheng.

EKS: Step høyre i kryss bak venstre (5. posisjon) (1), Step venstre litt til venstre (2. posisjon) (&), Step høyre litt til høyre (til utgangspunktet for høyre ben) (2).

Scissor Step

- Nok et uttrykk som har dukket opp i linedance sammenheng. Er ikke noe som helst et grunntrinn, men en kombinasjon av en Chasse og et Kryss Step.

EKS: Step venstre til venstre (1), Step høyre inntil venstre (&), Step venstre i kryss over høyre (2).

Kan gjøres men annen telling også. F.eks. 1,2,3 med en holdtakt på 4 som regel.

Scoot

- Beskrives best som et lite hink. Men som oftest skal man med det andre benet gjøre en Hitch samtidig som man "Scooter" fram, bak eller til siden.

Shimmy

- Betyr egentlig å riste.

Henviser til en ristebevegelse med skulderne. Venstre skulder fram samtidig som høyre skulder føres bakover. Gjøres ofte i forbindelse med en Step & Slide. For stylingens skyld bøyer man ofte overkroppen framover når man gjør denne Shimmy bevegelsen.

Shuffle

- Et tripplestep utført i alle himmelretninger.

Det førende benet vil alltid være fremst.

EKS: Step fram på høyre (1), Step venstre inntil og IKKE forbi høyre (&), Step videre fram på høyre (2).

EKS 2: Step venstre til venstre (1), Step høyre inntil høyre (&), Step venstre til venstre (2).

Bevegelsen du gjorde i eks 2 utføres som en Chasse, men siden du utfører 3 trinn på to hele beat i musikken kan denne Chasse'en også betegnes som en Shuffle.

Slide

- Henviser til et ben som, langs bakken, dras enten mot eller fra det motsatte benet.

Spinn

- En av mange forskjellige turner.

En Spinn er en full turn utført på ett ben. I bl.a. ballett brukes terminologien "Pirouette"

Step

- Defineres som en forflytning av en fot som inneholder et vektskifte!

Stamp / Stomp

- Et kraftig nedslag med benet. Meningen er å lage litt lyd.

Begrepe Stamp og Stomp brukes for mye om hverandre til at det er riktig å definere forskjellene.

Strut Step

- Det finnes to typer Strut Step. En Tå Strut og en Hel Strut.

Hvert trinn tar to beat musikk. Du kan gå enten forover, sidelengs eller bakover.

EKS: Touch/Step fram på høyre hel (1), Step ned på høyre fot (2).

EKS 2: Touch høyre tåballe i front (1), Step ned på høyre fot (2).

Swivel

- En sidelengs bevegelse av bare en del av foten. Enten helen eller tåballen. Tenk deg at du kaster en sigarett på bakken og stomper den med benet. Den bevegelsen foten din nå gjør, er en Swivel.

Det er selve bevegelsen av foten som utgjør en Swivel.

☞☞ Syncopation / Å Synkopere

- Lange foredrag kan holdes om "Syncopation" og det er ikke så lett å forklare heller, men kort fortalt betyr det dette:

Syncopering skjer når man gjør et trinn eller en bevegelse på en svak beat i i musikken hvor du vanligvis ville danset eller beveget deg på de sterke beatene i musikken. En oppbrytning av rytmen om du vil. Tenk deg en klokke som tikker. Tikk-Takk, Tikk-Takk. Tikk er den sterke beaten og Takk er den svake beaten. Tenk deg at du danser og gjør et trinn på hver av Tikk'ene. Om du plutselig tar i bruk Takk'ene vil du gjøre en Syncopation.

☞☞ Torso

- Betyr overkropp uten ekstremiteter (Uten armer, ben, hals og hode).

☞☞ Unwind

- Betyr å snurre seg ut av en tvunnet tilstand.

Tenk deg en strikk du har tvunnet og så slipper den ene enden.

Benene vil være krysset. Om du nå snur deg slik at benene ikke lengre er krysset, har du gjort en Unwind bevegelse. Gjøres som regel i 1/2 turner, men også 3/4.

☞☞ Vine (Grapevine)

- En firetakters sidelenge bevegelse.

EKS: Step høyre til høyre (1), Step venstre i kryss bak høyre (2), Step høyre til høyre (3), Stomp, Kick, Hitch eller Touch venstre inntil høyre (4).

☞☞ Weave

- En sidelengs bevegelse hvor du skifter på å kryss foran og bak. Er ikke spesifisert med et visst antall tellinger. Det er måten å bevege seg på som gjør det til en Weave.

EKS: Step høyre til høyre (1), Step venstre i kryss bak høyre (2), Step høyre til høyre (3), Step venstre i kryss over høyre (4).

En Weave kan også begynne med å kryss bak eller foran. Som sagt det er måten å bevege seg på som gjør det til en Weave.

© Cato Larsen 2003-2004

Det gis ikke tillatelse til å bruke denne teksten, eller utdrag av denne, i andre publiserte former. Herunder også andre nettsider!