



Lexique danse en couple



Closed Position (Position Fermée) :

- Direction : En fonction de la danse
- Position du corps : Toujours face à face
- Position des mains : Main gauche de l'homme et main droite de la femme à l'extérieur au niveau de l'épaule, Main droite de l'homme derrière l'épaule gauche de la femme, Main gauche de la femme sur épaule droite de l'homme.

ILOD = «Inside Line Of Dance» : Position face à l'intérieur du cercle, dos au mur

LOD = «Line Of Dance» : On se dirige dans la même direction que la ligne de danse, le mur est à votre droite et on tourne à l'inverse des aiguilles d'une montre autour de la piste de danse

OLOD = «Outside Line Of Dance» : Position face à l'extérieur du cercle, dos au centre

Parallel Position (Position Parallèle) :

- Position du corps : Départ position fermé, l'homme avance :
 - ✓ Diagonal gauche (Right Parallel Position) ou
 - ✓ Diagonal droite (Left Parallel Position)
- Position des mains : Main gauche de l'homme et main droite de la femme à l'extérieur au niveau de l'épaule, Main droite de l'homme derrière l'épaule gauche de la femme, Main gauche de la femme sur épaule droite de l'homme.

Reversed Shadow Position (Position de l'ombre souvent appelée Reversed Indian Position = Position Indienne Inversée) :

- Position du corps : Homme devant la femme
- Position des mains : Mains au niveau des épaules de l'homme ou Main droite dans la main droite, main gauche sur la hanche gauche de l'homme, celui-ci ayant sa main gauche à la hanche

Reversed Sweetheart Position (souvent appelée Side-By-Side Inversée) :

- Position du corps : Homme à droite de la femme
- Position des mains : Main droite dans main droite au niveau de la poitrine de l'homme, main gauche dans main gauche au niveau de l'épaule gauche de la femme

RLOD = «Rear Line Of Dance» : Position dos à ligne de danse

Shadow Position (Position de l'ombre, également appelée Indian Position = Position Indienne) :

- Position du corps : Homme derrière la femme
- Position des mains : Mains au niveau des épaules de la femme ou Main droite dans la main droite, main gauche sur la hanche gauche de la femme, celle-ci ayant sa main gauche à la hanche

Skaters Position (souvent appelée Position Promenade comme des patineurs) :

- Position du corps : Homme à droite ou à gauche de la femme, côte à côte
- Position des mains : Main droite dans la main gauche, main gauche dans la main droite. Les bras sont croisés à l'avant, main gauche de l'homme dessus

Sweetheart Position (Souvent appelée Side-by-Side : Côte à Côte) :

- Position du corps : Homme à gauche de la femme
- Position des mains : Main gauche dans main gauche au niveau de la poitrine de l'homme, main droite dans main droite au niveau de l'épaule de la femme.