

**Step (Walk)** = Gehschritt vorwärts, Fuß mit Gewicht geradeaus (diagonal re/li) nach vorn setzen

**Back** = Gehschritt rückwärts, Fuß mit Gewicht nach hinten absetzen

**Side** = Gehschritt seitwärts, Fuß mit Gewicht zur Seite nach rechts oder links absetzen

**Behind** = Hinterkreuzschritt, den Fuß gekreuzt hinter dem Standbein mit Gewicht absetzen

**Cross** = Vorkreuzschritt, Fuß vor dem Standbein gekreuzt mit Gewicht absetzen

**Touch (Tap)** = Fuß *ohne Gewicht* neben dem anderen mit dem Ballen aufsetzen oder antippen

**Close** = schließen – Fuß mit Gewicht neben dem anderen absetzen (Schrittlexikon „together“)

**Turn** = Fuß mit Gewicht nach rechts oder links gedreht ( $\frac{1}{4}$ ,  $\frac{1}{2}$ ) absetzen, dabei den Körper mitnehmen, d.h. seine Vorderfront der Drehung entsprechend ausrichten (z.B. parallel zu 9 Uhr)

**Point (Toe Touch)** = Fußspitze tippt auf *ohne Gewicht* (Richtung: vor-, rück- seitwärts)

**Heel Touch** = Hacke *ohne Gewicht* nach vorn oder schräg vorn auf den Boden tippen

**Kick** = Fuß nach vorn kicken (nach hinten oder zur Seite), Bein gestreckt

**Scuff oder Brush** = Fuß kickt mit der Sohle über den Boden schleifend nach vorn

**Hook (Haken)** = unbelasteten Fuß anwinkeln und vor das Schienbein des Standfußes halten

**Stomp** = ganzer Fuß stampft auf, vor, hinter oder neben dem anderen (mit oder ohne Gewicht)

**Hold (Pause)** = für angegebenen Count in der letzten Haltung verharren (innerlich schnipsen)

**Hitch** = Knie des unbelasteten Beins nach vorn angewinkelt hochziehen

**Slap** = unbelasteten Fuß hinter dem anderen angewinkelt kreuzen, Hand berührt Hacken

**Slide (ziehen)** = Fuß über den Boden schleifend heranziehen (Richtung seit, vor und rück)

**Heel Strut** = Fuß auf 2 Counts abrollen, dabei voll belasten, Hacke zuerst, Spitze danach

**Toe Strut (Prances)** = Spitze auf erstem, Hacke auf zweitem Count mit Gewicht setzen

**Toe Fan (Fächer)** = Fuß mit der Spitze nach außen und wieder zurückdrehen auf 2 Counts

**Heel Bounce** = Hacke heben und senken, der belastete Fußballen bleibt dabei am Boden

**Heel Split** = Ballen mit Gewicht am Platz, Hacken beidseits nach außen drehen und zurück

**Swivel** = mit Gewicht auf Ballen einen (beide) Hacken nach rechts (links / Mitte) drehen

**Wiggle Walk** = abwechselnd Hacken und Spitzen beider Füße zur Seite drehen

**Brücke (TAG)** = zusätzliche Tanzschritte werden vor, nach oder im Laufe einer bestimmten Runde (Wand wird meist benannt) eingefügt. Manchmal entfallen auch bestimmte Abschnitte.

**Restart** = Tanz beginnt von vorn in/an einer bestimmten Runde und Wand, wird genau benannt.

**Lock Step** = erster Schritt mit Gewicht nach vorn, beim zweiten Schritt Fuß mit Gewicht dicht hinterm ersten hintergekreuzt absetzen (auch möglich 1 nach hinten, auf 2 vorkreuzen) **1 - 2**

**Step Turn (Pivot)** =  $\frac{1}{2}$  oder  $\frac{1}{4}$  Drehung auf 2 C.: **Step** Schritt nach vorn (Gewicht bei Drehung kurz auf beiden Ballen verteilen) **Turn** drehen mit Gewichtsverlagerung auf zweiten Fuß **1 - 2**  
auch nach hinten möglich: **Back** (ohne Gewicht) **Turn** drehen mit Gewichtwechsel

**Grapevine Schritt (Vine)** = Hinterkreuzschritt nach re oder li zur Seite, auf dem vierten Count folgt ein Touch, Scuff, Close, Step (seit hinter seit) **side behind side** **1 - 2 - 3 - 4**

**Jazz-Box** = ein Quadrat an den Eckpunkten abschreiten auf 4 C., der vierte C. kann ein Step, Close, Scuff, Cross oder Touch sein **cross, back, side, Step** (vorkreuz, rück, seit, vor) **1 - 2 - 3 4**

**Rock-Step** = Wiegeschritt (hin- und herwiegen) auf 2 C.: **auf 1** Schritt setzen dabei Gewicht verlagern, anderer Fuß bleibt am Platz, **auf 2** das Gewicht zurücklegen auf ersten Fuß **1 - 2**

**Rock Step** (vor Platz) **Back Rock** (rück Platz) **Side Rock** (seit Platz) **Rock Across** (vorkreuz Platz)

**Rocking Chair** = (Schaukelstuhl) Wiegeschritt auf 4 Counts, Standfuß bleibt dabei stets am Platz, zusammengesetzt aus Rock Step + Back Step **vor Platz rück Platz** **1 - 2 - 3 - 4**

**Rolling Vine** = eine volle Drehung auf drei Counts: zuerst  $\frac{1}{4}$ , dann  $\frac{1}{2}$ , enden mit  $\frac{1}{4}$  Drehung, nach re oder li zur Seite, auf dem vierten Count meist ein Touch (mit Clap) **1 - 2 - 3 - 4**

**Monterey Turn** = auf 1 und 3 erfolgt re sowie li ein Pointschritt, die  $\frac{1}{2}$  oder  $\frac{1}{4}$  Drehung liegt auf Count 2, Count 4 ist ein Closeschritt **Point drehn(re) Point stehn(li)** **1 - 2 - 3 - 4**

**V-Step (out out in in)** = je 2 Schr nach vorn und zurück (wieder schließen) **1 - 2 - 3 - 4**

**Charlestonschritt** = **Step Kick Back Point** oder **Point Back Point Step** **1 - 2 - 3 - 4**

**Step Close** = Nachstellschritt vor **StepClose**, rück **BackClose**, seit **SideClose** **1 - 2**

Dreierschritt auf 2 Counts = 1 Nachstellschr (kurz kurz) + 1 Schr (lang), sprich: „eins und zwei“ **1& 2**

**Shuffle Schritt** vor- + rückwärts **Step Close Step, Chassee Schritt** seitlich **Side Close Side**  
auch  $\frac{1}{2}$ ,  $\frac{1}{4}$  + voll gedreht als **Chassee Turn** und **Shuffle Turn: Turn Close Turn** **1& 2**

**Coaster Step** (Berg & Tal) = **Back Close Step** rück(re), ran(li), vor(re) **1& 2**

**Sailor Step** (Seemannschritt) = **Back (Behind) Side Rock** rück(re), seit(li), Platz(re) **1& 2**

**Scissors Step** (Scherenschritt) = nach rechts oder links **side close cross** **1& 2**

**Mambo Step** = **Rock(re) Step(li rück/Platz) Close (Back)** (re), alle Richtungen möglich **1& 2**

**Kick Ball Step (Cross)** = **Kick** (re) **Ballen** (re close) **Step** (li vor) **(Cross)** (li kreuzt) **1& 2**

**Kick Ball Point** = **Kick** (re) **Ballen** (re close) **Point** (li Point / Standbein re) **1& 2**

**Heel Switch / Toe Switch** = schnelle Gewichtsverlagerung beider Füße auf einem Count, meist mit vorgesetzter Hacke oder Spitze des unbelasteten Fußes **1& 2** oder **1& 2& 3& 4**