

Die wichtigsten Grundschrirte sind:

Der Grapevine:

Beginnend mit Rechts

- 1 Schritt nach rechts mit Rechts
- 2 Linker Fuß hinter Rechten kreuzen
- 3 Schritt nach rechts mit Rechts
- 4 linken Fuß neben Rechten aufTippen

Beginnend mit Links

- 1 Schritt nach links mit Links
- 2 Rechten Fuß hinter Linken kreuzen
- 3 Schritt nach links mit Links
- 4 Rechten Fuß neben Linkem aufTippen

der Shuffle:

Shuffle Forward, Shuffle Back:

Beginnend mit Rechts

- 1 Schritt nach vorn mit Rechts
- &2 Linken Fuß bis an die Rechte Hacke heranziehen und schritt nach vorn mit Rechts
- 1 Schritt zurück mit Rechts
- &2 Linken Fuß bis an die Rechte Fußspitze heranziehen und schritt zurück mit Rechts

Chassé (= Shuffle zur Seite): Beginnend mit Rechts

- 1 Schritt nach rechts mit Rechts
- &2 Linken Fuß an Rechten heransetzen und schritt nach rechts mit Rechts

Cross Shuffle : Beginnend mit Rechts

- 1 Rechten Fuß weit über Linken kreuzen
- &2 Linken Fuß etwas an Rechten heran gleiten lassen und Rechten Fuß weit über Linken kreuzen

Shuffle Forward, Shuffle Back: Beginnend mit Links

- 1 Schritt nach vorn mit Links
- &2 Rechten Fuß bis an die Linke Hacke heranziehen und schritt nach vorn mit Links
- 1 Schritt zurück mit Links
- &2 Rechten Fuß bis an die Linke Fußspitze heranziehen und schritt zurück mit Links

Chassé (= Shuffle zur Seite): Beginnend mit Links

- 1 Schritt nach rechts mit Links
- &2 Rechten Fuß an Linken heransetzen und schritt nach links mit Links

Cross Shuffle : Beginnend mit Links

- 1 Linken Fuß weit über Rechten kreuzen
- &2 Rechten Fuß etwas an Linken heran gleiten lassen und Linken Fuß weit über Rechten kreuzen

der Kick-ball-change:

Beginnend mit Rechts

- 1 Rechte Fuß nach vorn kicken
- &2 Rechten Fuß an Linken heransetzen und Gewicht auf den Linken Fuß verlagern

Beginnend mit Links

- 1 Linken Fuß nach vorn kicken
- &2 Linken Fuß an Rechten heransetzen und Gewicht auf den Rechten Fuß verlagern

der Coster Step:

Beginnend mit Rechts

- 1 Schritt zurück mit rechts
- &2 Linker Fuß an Rechter heransetzen und einen kleinen Schritt nach vorn mit Rechts

Beginnend mit Links

- 1 Schritt zurück mit Links
- &2 Rechter Fuß an Linken heransetzen und einen kleinen Schritt nach vorn mit Links

der Rock-Step:

(Rock Forward, Rock Back, Rock Side)

Beginnend mit Rechts

1 Schritt nach vorn mit Rechts, Linken Fuß etwas anheben

2 Gewicht zurück auf den Linken Fuß

1 Schritt zurück mit Rechts, Linken fuß etwas anheben

2 Gewicht zurück auf den Linken Fuß

1 Schritt nach rechts mit Rechts, Linken fuß etwas anheben

2 Gewicht zurück auf den Linken Fuß

der Pivot Turn:

Auch bekannt als **Step Turn** oder **Break Turn**

1 Der Linke Fuß (oder der Rechte Fuß) setzt einen Schritt vor

2 Der Linke und der Rechte Fuß machen eine $\frac{1}{2}$ Drehung (oder $\frac{1}{4}$)

Noch besser ist es wenn man beim Drehen den hintersten Fuß an hebt und beim zweiten Count aufsetzt. (Jetzt ist dies der vorderste Fuß)

der Monterey Turn:

1 Rechte Fußspitze rechts auftippen

2 $\frac{1}{2}$ Drehung rechts herum auf dem Linken Ballen und Rechten Fuß an Linken heransetzen (6 Uhr)

3 Linke Fußspitze links auftippen

4 Linken Fuß an Rechtem heransetzen

der Strud:

Heel Strut

1 Schritt nach vorn mit rechts, nur die Hacke aufsetzen

2 Rechte Fußspitze absenken

3 Schritt nach vorn mit Links, nur die Hacke aufsetzen

4 Linke Fußspitze absenken

Toe Strut

1 Schritt nach vorn mit rechts, nur die Fußspitze aufsetzen

2 Rechte Hacke absenken

3 Schritt nach vorn mit Links, nur die Fußspitze aufsetzen

4 Linke Hacke absenken

die Jazzbox:

Beginnend mit Rechts

1 Rechte Fuß über Linken kreuzen

2 Schritt zurück mit Links

3 Schritt nach rechts mit Rechts

4 Linken Fuß an Rechten heransetzen

Beginnend mit Links

1 Linke Fuß über Rechten kreuzen

2 Schritt zurück mit Rechts

3 Schritt nach links mit Links

4 Rechten Fuß an Linken heransetzen

der Sailor Step:

Beginnend mit Rechts

1 Rechten Fuß hinter Linken Fuß kreuzen und Linken Fuß Schritt nach links

&2 Linken Fuß Schritt nach Links

Beginnend mit Links

1 Linken Fuß hinter rechten Fuß kreuzen und Rechten Fuß Schritt nach rechts

&2 Linken Fuß leicht links setzen

der Sailor Shuffle:

Beginnend mit Rechts

1 Rechten Fuß hinter Linken kreuzen

&2 Schritt nach links mit Links und Gewicht zurück auf Rechten Fuß

Beginnend mit Links

1 Linken Fuß hinter Rechten kreuzen

&2 Schritt nach rechts mit Rechts und Gewicht zurück auf Linken Fuß

der Scuff:

Ein Scuff ist das über den Boden fegen mit der Hacke eines Fußes

der Brush:

Ein Brush ist das über den Boden fegen mit dem Ballen eines Fußes

der Hook:

Der freie Fuß (worauf kein Gewicht ruht) bewegt sich wie ein Pendel vor oder hinter dem anderen Fuß, wobei dieser den Boden nicht berührt.

der Hitch:

Ein Hitch ist eine Bewegung in der die Knie nach oben gezogen werden.

der Slide:

Ein Slide ist ein Schritt zur Seite und dann den anderen Fuß gestreckt an sich heran ziehen.

der Stomp:

Ein Stomp ist ein Schritt mit einem Stampfen mit Gewichtsverlagerung z.b gefolgt durch einen Schritt mit dem anderen Fuß.

der Swivel:

Ein Swivel ist eine Bewegung aus der Hüfte, diese macht eine drehende Bewegung, dadurch bewegen sich auch die Füße in die Richtung

Toe Swivel: bewege die Zehen von beide Füßen nach links oder Rechts, Du drehst auf die Hacken.

Heel Swivel: bewege die Hacken von beiden Füßen nach links oder rechts, Du drehst auf die Zehen.

der Charleston Pattern

Diese Schrittfolge beginnt immer mit Links

Der Linke Fuß setzt einen Schritt vor

Der Rechte fuß macht einen Kick vor

Der Rechte Fuß setzt einen Schritt hinten

Der Linke Fuß tickt mit den Zehen nach Hinten

der Close:

Das zusammenbringen der Füße (nebeneinander) wobei man mit dem selben Fuß weiter geht, keine Gewichtsverlagerung.

....und noch ein paar andere. Auch hier gehen unter Linedancern noch die Meinungen auseinander, was jetzt ein Grundschrift ist, und welcher Schritt nur eine Variation eines anderen darstellt.