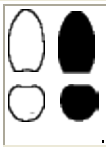
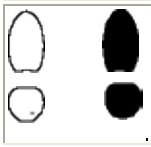
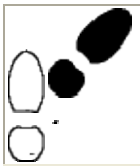
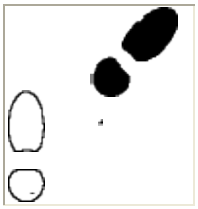
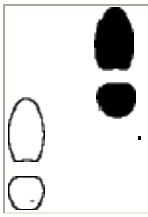
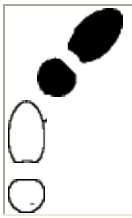
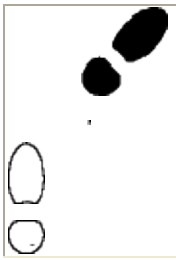
# ASKELISTOA JA TERMISTÖÄ ☺

by Jorma Leitzinger Jr www.countrylines.fi

| JALKOJEN ASENNOT | | |
|---|---|---|
| First |  | Jalat vierekkäin |
| Second |  | Jalat vierekkäin hartian leveydellä |
| Third |  | Oikea kanta vasemman jalkapöydän kohdalla kärki ulospäin |
| Extended Third |  | Kuten 3, mutta oikea jalka hieman kauempana |
| Fourth |  | Askel eteen tai taaksepäin |
| Fifth |  | Oikea kanta vasemman kärjen kohdalla kärki ulospäin |
| Extended fifth |  | Kuten 5, mutta oikea jalka hieman kauempana |

| | |
|---|---|
| AND | Merkitsee samanaikaista toimintaa. |
| APPLEJACK<br>aka FANCY FEET<br>aka TOE-HEEL SWIVELS | Esimerkki:<br>Paino on toisen jalan kannalla ja toisen päkiällä polvet hieman koukussa.<br>1 kärjet auki<br>& kärjet eteenpäin |
| BALL CHANGE | Painon vaihto päkiöillä astuen. Yleensä rytmitetty.<br>Esimerkki:<br>1 astu oikea päkia<br>& astu vasen paikallaan |
| BEHIND | Askel tai kosketus, jossa toinen jalka toisen takana |
| BODY ROLL aka RIPPLE | Liike eteenpäin, taaksepäin tai sivulle, jossa kehon osat liikkuvat "aaltomaisesti" |
| BOOGIE WALK | Eteenpäin suuntautuva liike, jossa jalka/lantio jolla ei painoa siirtyy/astuu eteenpäin kaaressa (pyörivä liike) |
| BOX STEP<br>aka JAZZ BOX<br>aka JAZZ SQUARE | Esimerkki;<br>1 astu oikea jalka vasemman yli<br>2 astu vasen taaksepäin<br>3 astu oikea sivulle<br>4 astu vasen oikean viereen |
| BRUSH | Potku, jossa päkiä laahaa maata |
| CAMEL WALK | Esimerkki:<br>1 astu oikea eteenpäin<br>2 koukista oikea polvi ja liu´uta vasen oikean kannan alle |
| CCW aka C.C/W | Vastapäivään |
| CHARLESTON<br>aka BLACK BOTTOM<br>aka MONTANA KICK | Esimerkki:<br>1 astu oikea eteenpäin<br>2 potkaise vasen eteenpäin tai nosta vasen polvi ylös<br>3 astu vasen taaksepäin<br>4 kosketa oikea kärki taakse |
| CHASSE | Kolme askelta kahden iskun aikana liikkuen oikealle tai vasemmalle<br>Esimerkki:<br>1 astu oikea oikealle<br>& astu vasen oikean viereen<br>2 astu oikea oikealle |
| CHUG | Yleensä molemmilla jaloilla joko jalat yhdessä tai erillään. Hypähdä eteenpäin nostaen kannat ylös ja joukistaen himena polvilla. |
| CLOSE | Tuo jalat yhteen vaihtamatta painoa |
| COASTER STEP | Yleensä rytmitetty askelsarja joko eteen tai taaksepäin. Esimerkki:<br>1 astu oikea taaksepäin<br>& astu vasen oikean viereen<br>2 astu oikea eteenpäin |
| COUNT | Isku tai lyönti. Käytetään osoittamaan sikuja askeleissa ja musiikissa. |
| CONTRA BODY MOVEMENT (CBM) | Yläkehon liike vastakkaiseen suuntaan mihin jalka siirtyy/osoittaa |

| | |
|---|---|
| CROSS | Ristiin |
| CROSS SWIVEL STEPS<br>aka PRISSY WALK<br>aka TOE POINTS<br>aka PRANCE STEPS | Esimerkki:<br>1 astu oikea ristiin vasemman yli siten, että oikea kärki osoittaa vasemmalle<br>2 astu vasen ristiin oikean yli siten, että vasen käski osoittaa oikealle<br>3 astu oikea ristiin vasemman yli siten, että oikea kärki osoittaa vasemmalle<br>4 astu vasen ristiin oikean yli siten, että vasen kärki osoittaa oikealla |
| CUBAN MOTION | Lantion liike askeleita otettaessa jalan sisäsyrjällä |
| CW | Myötäpäivään |
| DIAGONAL | 45 asteen kulmassa eteen- tai taaksepäin |
| DIG | Astu kanta tai päkiä painaen voimakkaasti alaspäin |
| FAN | Esimerkki (TOE FAN):<br>1 (jalat yhdessä) oikea kärki auki<br>2 oikea kärki yhteen<br>Esimerkki (HEEL FAN):<br>1 (jalat yhdessä) oikea kanta auki<br>2 oikea kanta yhteen |
| FAN KICK | Potku, jossa jalka tekee puolikaaren toisen ympäri |
| FLEX | Koukistaa, joustaa |
| FLICK | Nopea, terävä potku (taaksepäin) nilkka ohennettuna |
| FOOT PARTS<br>Toe<br>Inside edge of toe<br>Outside edge of toe<br>Ball<br>Inside Edge of ball<br>Outside edge of ball<br>Heel<br>Inside edge of heel<br>Outside edge of heel<br>Instep | <br>kärki<br>kärjen sisäreuna<br>kärjen ulkoreuna<br>päkiä<br>päkiän sisäreuna<br>päkiän ulkoreuna<br>kanta<br>kannan sisäreuna<br>kannan ulkoreuna<br>jalkapöytä |
| GRAPEVINE<br>aka VINE aka FRIEZE | Sivulle liikkuva askelsarja.<br>Esimerkki:<br>1 astu oikea sivulle<br>2 astu vasen oikean taakse ristiin<br>3 astu oikea sivulle<br>(4 kosketa oikea vasemman viereen) |
| HEEL BOUNCE aka HEEL TAP aka HEEL STOMP | Esimerkki:<br>& nosta kanta/kannat ylös<br>1 lyö kanta/kannat maahan |
| HEEL CLICK | Esimerkki:<br>& kannat auki<br>1 lyö kannat yhteen |

| | |
|---|---|
| HEEL GRIND | Esimerkki:<br>1 astu oikea kanta eteenpäin kärjen osoittaessa vasemmalle<br>2 paino edelleen oikealla vie kärki ulospäin |
| HEEL HOOK COMBO<br>aka HOOK COMBINATION<br>aka BRUSH UP | Esimerkki:<br>1 kosketa oikea kanta eteen<br>2 vie oikea jalka koukussa vasemman polven alapuolelle<br>3 kosketa oikea kanta eteen<br>4 kosketa/astu oikea vasemman viereen |
| HEEL JACK<br>aka HEEL ROMP<br>aka VAUDEVILLES | Esimerkki:<br>& astu oikea oikealle takaviistoon<br>1 kosketa vasen kanta paikallaan<br>& astu paino vasemmalle<br>2 astu oikea vasemman viereen |
| HEEL SPLIT<br>aka WING SCISSORS<br>aka PIGEON-TOE<br>aka BUTTERFLIES<br>aka BUTTERMILK | Esimerkki:<br>1 kannat auki<br>2 kannat kiinni |
| HEEL SCISSORS<br>aka VAUDEVILLE HOPS | Esimerkki:<br>& astu oikea kanta eteenpäi<br>1 astu vasen oikean yli ristiin<br>& astu oikea oikealle takaviistoon<br>2 kosketa vasen kanta etuviistoon |
| HEEL SWITCHES | Esimerkki:<br>1 kosketa oikea kanta eteenpäin<br>& astu oikea vasemman viereen<br>2 kosketa vasen kanta eteen<br>& astu vasen oikean viereen |
| HIP BUMP<br>aka BUMP | Lantion keinutus sivulle. Paino vaihtuu jalalta toiselle suunnan mukaan |
| HIP GRIND | Lantion keinutus siten, että liike kohdistuu myös alaspäin |
| HIP ROLL<br>aka HIP CIRCLES | Lantion pyöritys myötä- tai vastapäivään |
| HITCH | Polven nosto |
| HOLD<br>aka FREEZE<br>aka PAUSE | Tauko. Ei liiketta |
| HOME | Jalat viekerräin 1. perusasennossa (first position) |
| HOOK<br>aka CROSS | Esimerkki:<br>1 vie oikea jalka koukkuun vasemman eteen |
| HOP | Hyppy siten, että laskeudutaan yhdelle jalalle |
| JUMP | Hyppy siten, että laskeudutaan molemmille ajloille |
| JUMPING JACKS | Esimerkki:<br>1 hyppää jalat auki<br>2 hyppää jalat ristiin tai yhteen |

| | |
|---|---|
| KICK | Potku |
| KICK BALL CHANGE | Rytmitetty askelsarja<br>Esimerkki:<br>1 potkaise oikea eteenpäin<br>& astu oikea päkiä vasemman viereen<br>2 astu vasen paikallaan (voidaan astua myös oikean yli ristiin) |
| KNEE POPS<br>aka HEEL STOMPS | Koukista polvi ja nosta samalla kanta ylös |
| LEAP | Painon vaihto jalalta toiselle hypähtäen |
| LINDY | Yhdistettynä askelsarjan CHASSE (1&2) ja ROCK STEP (3-4)<br>Esimerkki:<br>1 astu oikea oikealle<br>& astu vasen oikean viereen<br>2 astu oikea oikealle<br>3 astu vasen oikean taakse (5th position)<br>4 astu paino takaisin oikealle |
| LOCK STEP | Toinen jalka ristissä toisen takana<br>Esimerkki:<br>1 asti oikea eteenpäin<br>2 astu vasen oikean taakse ristiin (LOCK) |
| LUNGE | Askel jossa tukijalka koukistuu ja vastakkainen jalka suoristuu |
| MASHED POTATOES<br>aka CHARLESTON SWIVELS | Askeleita taaksepäin<br>Esimerkki:<br>& kannat auki samalla aloittaen askeleen taaksepäin oikealla<br>1 astu oikea vasemman taakse samalla vieden kannat kiinni |
| MONTEREY TURN | Yleensä neljän iskun aikana tehtävä sarja, jossa käännös<br>Esimerkki:<br>1 kosketa oikea kärki sivulle<br>2 käänny vasemman päkiän varassa oikealle ja astu oikea vasemman viereen<br>3 kosketa vasen kärki sivulle<br>4 astu vasen oikean viereen<br>Käännös on yleensä 1/4, 1/2 tai täyskäännös |
| PADDLE TURN | Käännös käyttäen BALL CHANGE askeleita siten, että toinen jalka paikallaan ja toinen "meloo" ympäri |
| PENCIL TURN | Käännös jalat vierekkäin toisen jalan päkiällä. Paino ei vaihdu käännöksen jälkeen |
| PIVOT | Käännös päkiöiden varassa |
| PIVOT TURN | Käännös päkiöillä<br>Esimerkki:<br>1 astu oikea eteenpäin<br>2 käänny päkiöillä vasemmalle ja siirrä paino vasemmalle |
| QUICK<br>aka RUN | Askel yhden iskun aikana |

| | |
|---|---|
| RAMBLE | Sivulle liikkuva askelsarja<br>Esimerkki:<br>1 vie kannat oikealle<br>2 vie kärjet oikealle<br>3 vie kannat oikealle<br>4 vie kärjet oikealle |
| ROCK STEP | Painon vaihto jalalta toiselle<br>Esimerkki:<br>1 astu oikea taakse (voi olla myös eteenpäin, sivulle tai ristiin)<br>2 astu paino takaisin vasemmalle |
| ROLL | Jalan tai kehon pyöritys oikealle tai vasemmalle |
| RONDE | Jalan liike kaaressa toisen ympäri koskettaen maata tai ilmassa |
| RUNNING MAN | "Juoksua" paikallaan<br>Esimerkki:<br>1 astu oikealla hieman eteenpäin<br>& hypähdä oikealla maata laahaten hieman taaksepäin ja nosta vasen hieman eteenpäin<br>2 astu vasen hieman eteenpäin<br>& hypähdä vasemmalla maata laahaten hieman taaksepäin ja nosta oikea polvi ylös<br>3 astu oikealla hieman eteenpäin<br>& hypähdä oikealla maata laahaten hieman taaksepäin ja nosta vasen polvi ylös<br>4 astu vasen hieman eteenpäin |
| SAILOR SHUFFLE<br>aka SAILOR STEP | Yleensä rytmitetty askelsarja, jossa yläkeho nojaa vastakkaiseen suuntaan<br>Esimerkki:<br>1 astu oikea vasemman taakse<br>& astu vasen oikean viereen<br>2 astu paino oikealle |
| SCOOT<br>aka SKIP | Hypähdä oikealla eteenpäin ja nosta vasen polvi ylös |
| SCUFF<br>aka SWEEP | Potkaise kanta maata laahaten. Katso myös BRUSH |
| SHIMMY<br>aka WIGGLE | Yläkehon liike, jossa hartiat liikkuvat vastakkaisiin suuntiin eteen/taakse |
| SHUFFLE<br>aka TRIPPLE STEP<br>aka SHA SHA<br>aka POLKA | Vaihtoaskel. Kolme askelta kahden iskun aikana joko liikkuen tai paikallaan<br>Esimerkki<br>1 astu oikea eteenpäin<br>& astu vasen oikean viereen (tai 3rd position)<br>2 astu oikea eteenpäin |
| SPAL STEP<br>aka SLAP (LEATHER) | lyö kädellä buutsia |
| SLIDE<br>aka DRAW<br>aka DRAG | Jalan laahaus maata vasten |

| | |
|---|---|
| SLOW<br>aka WALK | Askel kahden iskun aikana |
| SPIN | 360 asteen pyörähdys yhdellä jalalla |
| SPLIT | Katso HEEL SPLIT |
| STAMP<br>aka STOMP UP | Tömäytä jalka maahan (yleensä ei painon vaihtoa) |
| STOMP<br>aka STOMP DOWN | Tömäytä jalka maahan (yleensä paino vaihtuu) |
| STEP | Askel (paino vaihtuu) |
| STROLL | Esimerkki:<br>1 astu oikea eteenpäin<br>2 astu vasen ristiin oikean taakse<br>3 astu oikea eteenpäin<br>4 esim. SCUFF vasemmalla |
| STRUTT (HEEL/TOE STRUT ja TOE/HEEL STRUT) | Esimerkki:<br>1 astu oikea kanta/päkiä eteenpäin<br>2 laske päkiä/kanta alas |
| SUGARFOOT | Tukijalka, joka tekee twistiä |
| SWAY | Lantion keinutus |
| SWING | Heilauttaa |
| SWIVEL | Jalat yhdessä painon ollessa kannoilla/päkiöillä vie kärjet tai kannat sivulle |
| SWIVET | Esimerkki:<br>Paino oikean jalan kannalla ja vasemman päkiällä<br>1 vie kärjet oikealle<br>2 kärjet eteenpäin |
| SYNCOPATED RHYTHM | Rytmitetty. Askeleita tehdään myös iskujen välissä. Merkitään & -merkillä |
| TOE SPLIT | Kärjet auki ja kiinni |
| TWIST<br>aka HEEL SHIFT<br>aka HEEL SWIVELS | Esimerkki:<br>1 vie kannat oikealla<br>2 kannat keskelle |
| TOUCH aka TAP | Kosketus. Paino ei vaihdu |
| UNWIND | Jalat ristissä. Käänny 1/4 tai 1/2 käännös "aukaise" |
| WEAVE aka CONTINUOUS GRAPEWINE aka SIDEWINDER | Sarja, jossa vähintään kaksi askelta sivulle ja kaksi ristiin<br>Esimerkki:<br>1 astu oikea sivulle<br>2 astu vasen oikean taakse ristiin<br>3 astu oikea sivulle<br>4 astu vasen oikean yli ristiin<br>5 ... |