



<p>Abduction: moving a body part away from the centre of the body.</p>	<p>Abduction (une) : déplacer une partie du corps en l'éloignant du centre du corps.</p>
<p>Abstraction: Non-representational movements or gestures that retain the essence of actual images.</p>	<p>Abstraction (une) : mouvements ou gestes non représentationnels qui retiennent l'essence d'images « réelles ».</p>
<p>Accented beats: pulses (beats) that feel and sound stronger than others.</p>	<p>Pulsation accentuée (une) : pulsation (temps) que l'on ressent et entend plus fort que les autres.</p>
<p>Adduction: moving a body part towards the centre of the body.</p>	<p>Adduction (une) : déplacer une partie du corps en la rapprochant du centre du corps.</p>
<p>Alignment: proper positioning of the lower body, torso, shoulder girdle, arms, neck, and head in a straight line.</p>	<p>Alignement (un) : positionnement adéquat du bas du corps, du torse, de la ceinture thoracique, des bras, du cou et de la tête sur une même ligne.</p>
<p>Apron stage: A stage that extends into the audience's sitting area.</p>	<p>Avant-scène (une) : extension de la scène dans la partie réservée à l'auditoire.</p>
<p>Balance: An aesthetic principle applied to choreography that focuses on maintaining proper emphasis between parts of a dance.</p>	<p>Équilibre (un) : principe d'esthétique appliqué en chorégraphie selon lequel on maintient un juste rapport entre les parties d'une danse.</p>
<p>Basic axial skills: Non-travelling movements performed in place around the axis of the body. The four basic axial skills are bend/flex, stretch/extend, swing, and twist/rotate.</p>	<p>Mouvement axial de base (un) : mouvement non locomoteur exécuté autour de l'axe du corps. Les quatre mouvements axiaux fondamentaux sont : flexion, étirement/extension, élan et torsion/rotation.</p>
<p>Basic locomotor skills: Travelling movements through space from a standing base naturally performed to an even rhythm. The five basic locomotor skills are walk, run, leap, jump, and hop.</p>	<p>Mouvement de locomotion de base (un) : mouvement avec déplacement dans l'espace à partir de la position debout exécuté de manière naturelle sur un rythme régulier. Les cinq compétences locomotrices fondamentales sont : la marche, la course, le bond, le saut et le saut à cloche pied.</p>
<p>Binary (AB): sequential choreographic form with two distinct parts whereby one dance theme (A) is followed by a contrasting but related dance theme (B).</p>	<p>Forme binaire (AB) (une) : forme chorégraphique séquentielle comportant deux parties distinctes, et dans laquelle un thème (A) est suivi par un thème contrastant, mais connexe (B).</p>
<p>Body actions: Ways in which the whole body can move and what the body can do by travelling or staying in place.</p>	<p>Mouvements du corps (un) : façons dont le corps entier peut bouger et ce que le corps peut faire en se déplaçant ou en demeurant sur place.</p>
<p>Body shapes: visual forms created by the body in space while still or moving. Body shapes are typically categorized as: straight, curved, or twisted.</p>	<p>Forme du corps (une) : forme visuelle créée dans l'espace par le corps en déplacement ou immobile. Les formes du corps sont généralement classées parmi les catégories droites, courbes et torsions.</p>
<p>Call and response: sequential choreographic form whereby one dancer "calls" or performs a dance phrase to which another dancer or group "responds" by imitating the same phrase or performing a related one.</p>	<p>Appel et réaction (un) : forme chorégraphique séquentielle dans laquelle un danseur « fait un appel » ou exécute une phrase de danse à laquelle un autre danseur ou groupe « réagit » en exécutant la même phrase ou une phrase différente, mais connexe.</p>

Canon or canonic movement: overlapping choreographic form in which two or more dancers or groups imitate a dance sequence after a given interval (e.g., 8 beats).	Canon ou mouvement en canon (un) : forme chorégraphique chevauchée dans laquelle deux ou plusieurs danseurs ou groupes de danseurs imitent une séquence de danse après un intervalle donné (p. ex., 8 mesures).
Choreographic forms: Designs or structures for composing dances with unified, cohesive shapes.	Forme chorégraphique (une) : modèle ou structure servant à composer des dances qui présentent des formes unifiées et cohérentes.
Centre stage: The central area of a stage.	Centre de scène (un) : partie centrale de la scène.
Circumduction: circular, cone-shaped movement of a body part.	Circumduction (une) : mouvement circulaire conique d'une partie du corps.
Climax: An aesthetic principle applied to choreography that focuses on creating high points in a dance.	Climax (un) : principe d'esthétique appliqué en chorégraphie selon lequel on crée des points forts dans une danse.
Coda: The concluding part of a choreographed dance.	Coda (une) : conclusion ou finale d'une danse chorégraphiée.
Complex relationships: difficult relationships in which a dancer needs to relate to many other dancers, such as one dancer moving in opposition to a group, or a large group moving in unison with ribbons.	Relations complexes : relations difficiles où un danseur doit établir une relation avec de nombreux danseurs, comme lorsqu'un danseur se déplace en opposition à un groupe ou lorsqu'un groupe nombreux se déplace à l'unisson avec des rubans.
Contrast: an aesthetic principle applied to choreography that contributes to interest in a dance by using and/or juxtaposing different movements.	Contraste (le) : principe d'esthétique appliqué en chorégraphie selon lequel on utilise ou juxtapose des mouvements différents afin de maintenir l'intérêt pour une danse.
Dab: basic effort action created by combining a sudden use of time, light force, and direct use of space.	Tapoter : effort de base créé en combinant l'utilisation soudaine du temps, une force légère et l'utilisation directe de l'espace.
Dance forms: Distinctive ways of performing and creating dance, such as folk, hip-hop, modern, jazz, ballet, tap, or aerobic dance.	Forme de danse (une) : manière distinctive d'exécuter et de créer une danse, comme la danse folklorique, le hip-hop, la danse moderne, la danse jazz, le ballet, la danse à claquettes ou la danse aérobique.
Dance sequence: the order in which a series of travelling and non-travelling dance movements occur.	Séquence de danse (une) : ordre dans lequel une série de mouvements locomoteurs et non locomoteurs se déroulent.
Dance techniques: The skills necessary for performing dance artfully and accurately.	Techniques de danse : compétences nécessaires pour exécuter une danse de manière artistique et juste.
Dancescapes: choreographic form used to create a particular environment, mood, or atmosphere.	Dancescape : forme chorégraphique utilisée pour créer une atmosphère ou un environnement particulier.
Deck: The performance area or stage.	Plateau (un) : partie de la scène réservée à la performance.
Directions: The sub-element of space related to moving in six general directions: up, down, forward, backward, right side, and left side.	Directions : sous-élément de l'espace relatif au déplacement dans six directions : le haut, le bas, l'avant, l'arrière, la droite et la gauche.
Door: The entrance area that dancers use to enter or leave the stage.	Entrée (une) : partie de la scène que les danseurs utilisent pour entrer sur scène ou en sortir.
Dynamics: The overall weight or force of movement.	Dynamique (une) : force ou poids général d'un mouvement.
Downstage: The area at the front of a stage in which dancers move toward the audience.	Avant-scène (une) : partie avant de la scène où les danseurs se déplacent vers l'auditoire.

Effort actions (Laban): Movement qualities created by combining three motion factors: time, weight, and space. Eight basic effort actions identified by theorist Rudolf Laban are glide, float, flick, dab, press, thrust/punch, wring, and slash.	Actions-efforts de base de Laban : qualité de mouvement créée en combinant trois facteurs : temps, poids et espace. Les huit efforts de base sont : glisser, flotter, osciller, tapoter, presser, frapper, tordre et fouetter.
Extension: stretching movements that increase the angle of a joint between two bones.	Extension (une) : mouvement d'étirement par lequel on augmente l'angle d'une articulation entre deux os.
Flexion: bending movements that decrease the angle of a joint between two bones.	Flexion (une) : mouvement par lequel on diminue l'angle d'une articulation entre deux os.
Flick: basic effort action created by combining a sudden use of time, light force, and indirect/flexible use of space.	Taper : effort de base créé en combinant l'utilisation soudaine du temps, une force légère et l'utilisation indirecte et souple de l'espace.
Float: basic effort action created by combining sustained use of time, light force, and indirect/flexible use of space.	Flotter : effort de base créé en combinant l'utilisation maintenue du temps, une force légère et l'utilisation directe de l'espace.
Flow: A continuous, streaming progression of music; the way weight or force is controlled (bound) or not controlled (free) during a progression of movement in dance.	Déroulement rythmique (un) : progression continue et diffusée de la musique. En danse, le déroulement est la manière dont le poids ou la force est maîtrisé (restreint) ou non (libre) pendant la progression d'un mouvement.
Fugue: overlapping choreographic form in which a dance theme is introduced and then extended and developed by other dancers after a given interval. A fugue is like a canon, but uses a more complex mix of counter movements.	Fugue (une) : forme chorégraphique chevauchée dans laquelle le thème est introduit, puis prolongé et développé par d'autres danseurs après un intervalle donné. La fugue est semblable au canon, mais utilise une combinaison plus complexe de contre-mouvements.
Gallop: combination of a run (leap) and walk performed with same foot leading to an uneven triple rhythm.	Galop (un) : combinaison de course (bonds) et de marche exécutée avec le même pied dominant, sur un rythme à trois temps irrégulier.
General space: The area surrounding a dancer's personal space available for moving and sharing with other dancers.	Espace général (un) : zone entourant l'espace personnel d'un danseur dans lequel il peut se déplacer et qu'il peut partager avec d'autres danseurs.
Genres: Broad categories of dance forms (e.g., creative, recreational, concert, fitness).	Genre (un) : grande catégorie de formes de danse, p. ex., créative, récréative, concert ou conditionnement physique.
Gestures: Expressive devices used to communicate characters, ideas, and feelings through the body.	Geste (un) : moyen d'expression utilisé pour communiquer caractère, idées et sensations au moyen du corps
Glide: basic effort action created by combining sustained use of time, light force, and direct use of space.	Glisser : effort de base créé en combinant l'utilisation maintenue du temps, une force légère et l'utilisation directe de l'espace.
Grapevine: combination of a walk or run moving sideways and alternating with a walk or run crossing in front or back.	Grapevine : alternance de marche ou de course sur les côtés et de marche ou de course vers l'avant ou l'arrière.
Harmony: An aesthetic principle applied to choreography that focuses on how parts of a dance work congruently with one another and as a whole.	Harmonie (une) : principe d'esthétique appliqué en chorégraphie selon lequel les parties d'une danse se marient l'une à l'autre et composent un ensemble cohérent.
Hop: basic locomotor skill that begins with a one foot take off projecting the body into the air and ends with a landing on the same foot.	Sauter à cloche pied : mouvement de locomotion de base qui débute avec la projection du corps en l'air à l'aide d'un pied et se termine avec la réception sur le même pied.

House: the area of a performing space where the audience is seated.	Salle (une) : partie de l'espace de spectacle réservée à l'auditoire.
Improvise: Dancing "in the moment" with intent to explore.	Improvisation (une) : le fait de danser spontanément avec l'intention d'explorer.
Introduction: The opening part of a choreographed dance.	Introduction (une) : ouverture d'une danse chorégraphiée.
Jump: basic locomotor skill that typically begins with a two foot take off projecting the body into the air and ends with a landing.	Sauter : mouvement de locomotion de base qui débute avec la projection du corps en l'air à l'aide des deux pieds et se termine avec la réception.
Leap: locomotor skill involving the transfer of weight from one foot to another with a long duration of nonsupport.	Bondir : mouvement de locomotion de base impliquant le transfert du poids d'un pied à l'autre, avec une longue période de suspension.
Levels: Three areas of space, referred to as high, medium, and low, that a dancer occupies in relation to the floor.	Niveau (un) : portion de l'espace que le danseur occupe par rapport au plancher; on compte trois niveaux : bas, moyen et haut.
Media arts: arts that involve communication technologies such as film, video, audio, digital, satellite, television, radio, the Internet, graphic communications, interactive and mobile technologies, video games, animation, and emerging technologies.	Arts médiatiques : Les arts médiatiques intègrent les technologies de l'information et de la communication telles que : film, vidéo, audio, numérique, satellite, télévision, radio, Internet, communications graphiques, technologies interactives et mobiles, jeux vidéos, animation et technologies émergentes.
Metre: A regular pattern of accented (stronger) and unaccented (weaker) beats, typically felt and heard in groups of twos, threes, or fours.	Mesure (une) : séquence régulière de mesures accentuées (plus fortes) et non accentuées (plus faibles) généralement ressenties et entendues en groupes de deux, trois ou quatre.
Motion factors: Expressive devices used in combination to express particular movement qualities. The four motion factors are time (sudden/sustained), weight (strong/light), space (direct/indirect), and flow (bound/free).	Facteurs liés au mouvement : moyens d'expression exécutés en combinaison pour exprimer la qualité d'un mouvement. Les quatre facteurs liés au mouvement sont le poids (léger, fort), le temps (soudain, maintenu), l'espace (direct, indirect) et le flux (restreint, libre)
Movement qualities: Eight basic qualities of movement identified by theorist Rudolf Laban, which he labelled as effort actions.	Qualités du mouvement : huit qualités de base définies par le théoricien du mouvement, Rudolf Laban, qu'il a appelées « efforts ».
Multi-part counter movement forms: overlapping choreographic forms in which several movement patterns or themes are performed against one another as in three or four part canons or fugues.	Forme à contre-mouvements multiples (une) : forme chorégraphique chevauchée dans laquelle plusieurs séquences de mouvements, ou thèmes, sont exécutées en se chevauchant l'une l'autre, comme dans un canon ou une fugue en trois ou quatre parties.
Musicality: The ability of the dancer to hear, feel, and interpret elements of music accurately and expressively through the body.	Sens de la musicalité (un) : capacité du danseur d'entendre, de sentir et d'interpréter les éléments musicaux de manière juste et expressive avec son corps.
Narrative (ABCDE...): sequential dance form with several distinct parts or dance themes that tells a story.	Narration (ABCDE...) (une) : forme de danse séquentielle comportant plusieurs parties distinctes, ou thèmes, et qui raconte une histoire.
Negative space: The area of empty space surrounding a dancer's body shape.	Espace négatif (un) : portion d'espace vide entourant la forme du corps d'un danseur.
Ostinato: a repeated movement phrase or pattern.	Ostinato (un) : phrase de danse répétée ou séquence.

Ostinato patterns: overlapping choreographic form in which a repeated movement pattern is performed simultaneously against another movement pattern(s).	Séquences ostinato : forme chorégraphique chevauchée dans laquelle une séquence de mouvements est répétée simultanément à une ou plusieurs autres séquences de mouvements.
Pathways: patterns comprised of straight and/or curved lines created on the floor or in the air by the body or its parts as a dancer moves through space.	Tracé (un) : séquence composée de lignes droites et/ou courbes créée sur le sol ou dans l'air par le corps ou des parties du corps lorsque le danseur se déplace dans l'espace.
Personal space: The area immediately surrounding the body of a dancer, determined by stretching in all directions and levels without touching other dancers or objects.	Espace personnel (un) : zone entourant immédiatement le corps, dans laquelle le danseur peut s'étirer dans toutes les directions et sur tous les niveaux sans toucher d'autres danseurs ou des objets.
Phrase: A dance "sentence" or a series of movements that connect and have a clear beginning and end.	Phrase de danse (une) : série dont le début et la fin sont clairement définis et dont les mouvements ont un lien logique.
Polonaise: stylistic variation of the triplet walk from the Polish court dance traditions of the 17 th century.	Polonaise (une) : variation stylistique de la marche triplète des danses traditionnelles de la cour polonaise du 17 ^e siècle.
Polyrhythmic movement: two or more different rhythmic movements performed simultaneously.	Mouvement polyrythmique (un) : deux mouvements rythmiques différents ou plus exécutés simultanément.
Positioning: Aligning body parts to ensure balance and stability while stationary or moving.	Pose (une) : alignement des parties du corps pour assurer l'équilibre et la stabilité en position stationnaire ou en déplacement.
Positive space: The area of space occupied by a dancer's body shape.	Espace positif (un) : portion de l'espace occupée par la forme du corps d'un danseur.
Posture: the way a dancer holds and positions the body.	Posture (une) : façon dont un danseur se tient et place son corps.
Prance: variation of the walk involving a quicker transfer of weight from one foot to the other and higher leg lifts.	Prance : variation de la marche dans laquelle le transfert du poids d'un pied sur l'autre est plus rapide et la jambe levée plus haut.
Press: basic effort action created by combining sustained use of time, strong force, and direct use of space.	Presser : effort de base créé en combinant l'utilisation maintenue du temps, une grande force et l'utilisation directe de l'espace.
Proportion: An aesthetic principle applied to choreography that focuses on effective, consistent relationships between parts of a dance.	Proportion (une) : principe d'esthétique appliqué en chorégraphie selon lequel on recherche une relation efficace et constante entre les diverses parties de la danse.
Quarters: the positioning of dancers a quarter turn from the audience.	Quart de tour (un) : position du danseur à 45 degrés par rapport à l'auditoire.
Relationships: the element of dance concerning the dancer's body and body parts and how they move in relation to other body parts, dancers, objects, or the audience.	Relations : élément de la danse qui concerne le corps et les parties du corps du danseur et la façon dont il les déplace par rapport aux autres parties du corps, aux autres danseurs, aux objets et à l'auditoire.
Repetition: an aesthetic principle applied to choreography that contributes to unity, coherence, and familiarity in a dance by repeating and/or emphasizing themes.	Répétition (une) : principe d'esthétique appliqué en chorégraphie selon lequel on répète des thèmes ou on les accentue pour assurer l'unité et la cohérence d'une danse et lui donner un caractère familier.

Representation: movements or gestures based on actual images.	Représentation (une) : mouvement ou geste fondé sur des images « réelles ».
Rhythm: the time element of music encompassing the sub-elements of beat, metre, duration, and rhythm patterns.	Rythme (le) : élément temporel de la musique comprenant les sous-éléments suivants : pulsation, mesure, durée et séquence rythmique.
Rondo (ABACADA...): sequential choreographic form with several distinct parts whereby dance theme (A) is alternated with contrasting dance themes (B, C, D...) and ends with a repeat of dance theme (A).	Rondo (ABACADA...) (un) : forme chorégraphique séquentielle comprenant plusieurs parties distinctes où le thème (A) alterne avec des thèmes contrastants (B, C, D...) et est repris en conclusion (A).
Rotation: turning of a bone on its axis towards or away from the centre of the body.	Rotation (une) : rotation d'un os sur son axe vers le centre ou l'extérieur du corps.
Run: basic locomotor skill involving the transfer of weight from one foot to another with a short duration of nonsupport.	Courir : mouvement de locomotion de base qui consiste à transférer le poids d'un pied sur l'autre, avec une brève période sans appui au sol.
Schottische: combination of a walk-walk-walk-hop performed on alternating sides to an even rhythm.	Schottische : combinaison marche-marche-marche-saut à cloche pied exécutée d'un côté et de l'autre sur un rythme régulier.
Simple combined locomotor skills: Combinations of basic locomotor skills naturally performed to an uneven rhythm. The three simple combined locomotor skills are skip, gallop, and slide.	Mouvements de locomotion combinés simples : combinaison de compétences locomotrices de base exécutées de manière naturelle sur un rythme irrégulier. Les trois compétences locomotrices combinées simples sont le skip, le galop et le glissement.
Simple relationships: easy relationships performed alone or with partners, such as moving one body part to another, or partners moving in unison.	Relation simple (une) : relation simple exécutée par un seul danseur ou entre partenaires, comme le déplacement d'une partie du corps vers une autre ou des partenaires qui se déplacent à l'unisson.
Sequence and development: an aesthetic principle applied to choreography that focuses on ordering the parts of a dance in a logical and meaningful way.	Séquence (une) et développement (un) : principe d'esthétique appliqué en chorégraphie selon lequel on ordonne les parties d'une danse de manière logique et significative.
Skip: combination of a walk and hop performed on alternating sides to an uneven triple rhythm.	Sautiller : combinaison de la marche et du saut à cloche pied exécutée d'un côté et de l'autre sur un rythme à trois temps irrégulier.
Slash: basic effort action created by combining sudden use of time, strong force, and indirect/flexible use of space.	Fouetter : effort de base créé en combinant l'utilisation soudaine du temps, une grande force et l'utilisation indirecte et souple de l'espace.
Slide: combination of a leap and walk moving sideways with the same leading foot to an uneven triple rhythm.	Glissade (une) : combinaison d'un bond et de la marche exécutée vers les côtés, toujours avec le même pied dominant, sur un rythme à trois temps irrégulier.
Space: The element of dance encompassing the sub-elements of levels, directions, pathways, planes, and ranges. Space is the medium of movement and determines where the body can move.	Espace (un) : élément de la danse qui englobe les sous-éléments suivants : niveau, direction, tracé, plan et ampleur. L'espace est le médium du mouvement et détermine le lieu où le corps peut bouger.
Stage left: The area of the stage on a dancer's left while facing the audience.	Côté cour (le) : portion de la scène située à la gauche du danseur qui fait face à l'auditoire.

Stage right: The area of the stage on a dancer's right while facing the audience.	Côté jardin (le) : portion de la scène située à la droite du danseur qui fait face à l'auditoire.
Steady beat: the underlying pulse of music occurring at a regular pace with no change in tempo.	Pulsation régulière (une) : mesure qui sous-tend la musique à un rythme régulier sans changement de tempo.
Step-hop: combination of a walk and hop performed on alternating sides to an even rhythm.	Step-hop : combinaison de la marche et du saut à cloche pied exécutée d'un côté et de l'autre sur un rythme régulier.
Style: characteristic use of dance elements producing distinctive ways of moving identified with particular performers, choreographers, cultures, or historical periods.	Style (un) : usage caractéristique des éléments de la danse pour produire des déplacements distinctifs qu'on associe à des artistes, des chorégraphes, des cultures ou des périodes historiques.
Surfaces: Continuous boundaries that divide the body into planes. There are three body planes: horizontal/transverse, frontal/coronal, and median/sagittal.	Surfaces : limites continues qui divisent le corps en plans. On compte trois plans corporels : horizontal/transversal, frontal et médian/sagittal.
Syncopation: The rhythmic effect produced by unexpectedly shifting accents from strong to weak beats.	Mouvements syncopés : effet rythmique spécial produit par des changements inattendus d'accent qui passe d'un temps fort à un temps faible.
Tempo: the overall pace or speed of music or movement.	Tempo : cadence ou vitesse générale de la musique ou du mouvement.
Ternary (ABA): sequential choreographic form with three distinct parts whereby a dance theme (A) is followed by a contrasting but related dance theme (B) and ends with a repeat of dance theme (A).	Forme ternaire (ABA) (une) : forme chorégraphique séquentielle comportant trois parties distinctes, dans laquelle un thème (A) est suivi par un thème contrastant, mais connexe (B), et qui se termine par une reprise du thème (A).
Theme and variation (A1A2A3A4...): sequential choreographic form with several distinct parts whereby a dance theme (A) is repeated in modified forms (e.g., altering the style, tempo, dynamics, quality).	Thème et variation (A1A2A3A4...) (un) : forme chorégraphique séquentielle comportant plusieurs parties distinctes, dans laquelle un thème (A) est repris sous des formes modifiées (p. ex., modification du style, du tempo, de la dynamique, de la qualité).
Traditions: Dances of a culture passed, over time, from one generation to another.	Traditions : danses d'une culture transmises au fil du temps d'une génération à l'autre.
Transition: an aesthetic principle applied to choreography that contributes to the continuity of a dance by ensuring smooth connections between its parts.	Transition (une) : principe d'esthétique appliqué en chorégraphie selon lequel on cherche à passer de manière fluide d'une partie à l'autre afin d'assurer la continuité de la danse.
Triplet: combination of walking or running steps performed in sub-divisions of three with the lead foot alternating.	Triplette (une) : combinaison de pas de marche ou de course exécutée en groupes de trois en alternant le pied dominant.
Thrust/Punch: basic effort action created by combining sudden use of time, strong force, and direct use of space.	Frapper : effort de base créé en combinant l'utilisation soudaine du temps, une grande force et l'utilisation directe de l'espace.
Unity: an aesthetic principle applied to choreography that focuses on the coherence and wholeness of a dance.	Unité (l') : principe d'esthétique appliqué en chorégraphie selon lequel on cherche à assurer la cohérence et le caractère complet d'une danse.
Upstage: The area at the back of a stage in which dancers move away from the audience.	Coulisse (une) : espace hors scène situé des deux côtés de la scène, généralement munis de châssis pour masquer les danseurs à la vue de l'auditoire.

Variety: an aesthetic principle applied to choreography that focuses on creating interest in a dance by using different movements.

Variété (une) : principe d'esthétique appliqué en chorégraphie selon lequel on rend une danse intéressante en faisant appel à différents mouvements.

Walk: basic locomotor skill involving the transfer of weight from one foot to another and always supported by the floor.

Marcher : mouvement de locomotion de base qui consiste à transférer le poids d'un pied à l'autre en gardant un appui constant au sol.

Wring: basic effort action created by combining sustained use of time, strong force, and indirect/flexible use of space.

Tordre : effort de base créé en combinant l'utilisation maintenue du temps, une grande force et l'utilisation indirecte et souple de l'espace.

Notes

Lined area for notes with horizontal dashed lines.