

# ROCK ' N ' ROLL

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour le 21 / 08 / 2005

C . F . D . A

**SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

[www.Ffdj-ido.Com](http://www.Ffdj-ido.Com)

email : [ido.France@wanadoo.fr](mailto:ido.France@wanadoo.fr)

**BRONZE**

**ARGENT**

**OR**

← ENFANTS ( -12 ans ) JUNIORS ( 12 à 15 ) adultes ( + 15 ANS ) →

PASSAGE :

Tempo : 36-38 mesures/mn

PASSAGE :

Tempo : 40-42 mesures/mn

PASSAGE :

Tempo : 44-46 mesures/mn

COMPETITION :

Tempo : 38 mesures/mn  
Durée : 1 mn 30"

COMPETITION :

Tempo : 42 mesures/mn  
Durée : 1 mn 30"

COMPETITION :

Tempo : 46 mesures/mn  
Durée : 1 mn 30"

.Base départ back step "AR AV",  
.Séparation ,  
.Tour à gauche ,  
.Reprise ,  
.Séparation ,  
.Tour à droite ,  
.Passage arrière ,  
.Corbeille ,  
.Enroulé ,  
.Tour solo ,  
.Les ciseaux ,  
.La caresse ,  
.La statue .

.Double corbeille ,  
.Tour solo hésitation D<sup>r</sup>/D<sup>se</sup> ,  
.La spirale ,  
.La promenade ,  
.Reprise tournée ,  
.Séparation avec break ,  
.Tour contrarié hésitation ,  
.Le manège  
.Les stops de face .  
+  
.Programme Bronze

.Double six ,  
.Kick ball change ,  
.Séparation tournée  
avec chassé lock  
AV et AR d<sup>se</sup> ,  
.Tour contrarié :  
à G d<sup>se</sup> à D D<sup>r</sup> ,  
.Tour à D sous le  
bras Dr surtourné  
avec stop + rondé ,  
.Tombé .  
+  
.Programme ARGENT

# TANGO ARGENTINO

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 28 / 11 / 2012

C.F.D.A

**SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

www.Ffdj-ido.Com

email : ido.France@wanadoo.fr

BRONZE

ARGENT

OR

- . Base 6
- . Salida (base 8 )
- . Double départ . fouetté =  
BOLEO AR D<sup>r</sup> et D<sup>se</sup> finir AR D<sup>r</sup>
- . 8 avant ( Ocho Adelante )
- . 8 arrière ( Ocho Atras )  
AVEC CHASSE Dr
- . Crochet simple PD D<sup>se</sup> "  
Gancho Sencillo ,
- . Crochet glissé PD D<sup>r</sup> "  
Gancho Resbalar ,
- . Alternance . ( sacada )
- . Sandwich . Depart 8 ar glisse  
pied D Dr .

- . Base finie AV D<sup>r</sup> ,
- . Double crochets simples .  
lancette D<sup>se</sup> = boleao av  
Rondé finir crochet simple  
PD D<sup>se</sup>
- . Piqué = Cunita + crochets  
intérieurs Dse et Dr  
finir crochet glissé PG D<sup>r</sup>
- . Giratorio .  
+
- . Programme Bronze ,

- . Crochets croisés ,
- . Boliada ,
- . Complicato ( slip pivot )
- . salida cunita crochets  
interieur sacada av ar
- . crochets croisés+ boliada
- . Programme Argent ,  
+
- . Programme Bronze ,

# S A L S A

## Programme pour Passage de MEDAILLES

Mise à jour : 28 / 11 / 2012

C.F.D.A

**SIÈGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

www.Ffdj-ido.Com

email : ido.France@wanadoo.fr

### BRONZE

**PASSAGE :**

*Tempo : 40-44 mesures/mn*

MISE à JOUR LE 28 / 11 / 2012 ←

**COMPETITION :**

*Tempo : 44 mesures/mn*

*Durée : 1 mn 30"*

- . Base
- . Lead body cross ) x2
- . Base
- . Underarm à droite
- . Base
- . Underarm à gauche
- . Base
- . Cucarachas (4)
- . Base
- . 1/2 toupie (1/2 tour à droite)
- . Base
- . Underarm à gauche suivi de
  - Underarm à droite
  - Check en open CPP
  - Check PP de M. G. à M. D.
  - Check en open CPP
  - Spot turn à G. D<sup>r</sup> et à D. D<sup>se</sup>
- . Chassés latéraux

### ARGENT

**PASSAGE :**

*Tempo : 44-48 mesures/mn*

*Durée à l'approbation de l'examinateur*

**COMPETITION :**

*Tempo : 48 mesures/mn*

*Durée : 1 mn 30"*

- . Pedro spin (x2)
- . Base
- . Underarms enchaînés à D. et à G. suivi d'un lead body cross (x2) de main G. à main D. finissant vers la G.
- . Base
- . Toupie à droite (3 mesures)
- . Base
- . Underarm à D. suivi de hand to hand + Spot turn à G. D<sup>r</sup> et à D. D<sup>se</sup>
- . Underarm à D. de main G. à main D.
- . Underarm à D. de main D. à main D.
- . Underarm à Droite double prises de mains croisées
- . 4 Cucarachas (caresse)  
+
- . Programme Bronze

### OR

**PASSAGE :**

*Tempo : 48-52 mesures/mn*

**COMPETITION :**

*Tempo : 52 mesures/mn*

*Durée : 1 mn 30"*

- . Body cross fini mains croisées M. D. à M. D. et M. G. à M. G.
- . Base avec caresses alternées
- . Manège, sortie spirale D<sup>se</sup>
- . Cambré
- . Body cross
- . Main à main suivi de :
  - Balancé
  - Déboulé à G. D<sup>r</sup> / à D. D<sup>se</sup>
  - Cuban break à G. puis à D.
  - Spot turn à G. D<sup>r</sup> / à D. D<sup>se</sup>
- . Lasso
- . Evantail, sortie spirale M. G./M. D.
- . Body cross fini M. D. à M. D.
- . Double enroulé d à g et g à d sortie double tour
- . BALANDO MINI CHAISE OR SYVELTO  
+
- . Programme ARGENT

# BOOGIE

## Programme pour Passage de MEDAILLES

Mise à jour : 21 / 08 / 2005

C.F.D.A

**SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

www.Ffdj-ido.Com

email : ido.France@wanadoo.fr

### BRONZE

#### PASSAGE :

Tempo : 36-38 mesures/mn



#### COMPETITION :

Tempo : 38 mesures/mn

Durée : 1 mn 30"

- . Base
- . Ouverture
- . Reprise
- . Ouverture
- . Changement de place (x2)
- . Reprise tounée
- . Ouverture
- . Double huit (x2)
- . Double huit avec pivot D<sup>se</sup> à D.
- . Double huit avec passage  
sous le bras D<sup>r</sup> à G.

Utilisation des rythmes triples  
et doubles

### ARGENT

#### PASSAGE :

Tempo : 40-42 mesures/mn

*Durée à l'approbation de l'examineur*

#### COMPETITION :

Tempo : 42 mesures/mn

Durée : 1 mn 30"

- . Duck walk
- . Changement de place
- . Traversée
- . Changement de place avec pivot D<sup>se</sup>
- . Traversée avec pivot D<sup>r</sup>
- . Reprise tounée (lâché)
- . Stop et break
- . Traversée avec pivot D<sup>se</sup>  
de main D. à main G.
- . Utilisation des rythmes triples,  
doubles et simples
- . Style Boogie années 40  
+  
. Programme BRONZE

### OR

#### PASSAGE :

Tempo : 44-46 mesures/mn



#### COMPETITION :

Tempo : 46 mesures/mn

Durée : 1 mn 30"

- . Rondé chassé
- . Ball change
- . Talon ball change
- . Tape posé (Boogie)
- . Rondé ball change
- . Changement de place surtourné
- . Traversée surtouné
- . Fente
- . Double huit avec pivot  
à D. D<sup>r</sup> à G. D<sup>se</sup>
- . Lindy slip
- . Sewels  
+  
. Programme Argent

# LINDY HOP

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 21 / 08 / 2005

C. F. D. A.

**SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

[www.Ffdj-ido.Com](http://www.Ffdj-ido.Com)

email : [ido.France@wanadoo.fr](mailto:ido.France@wanadoo.fr)

### BRONZE

- . Swing out
- . Répéter swing out
- . Stop reverse
- . Side jig walk
- . Répéter side jig walk
- . Face jig walk
- . Répéter face jig walk
- . Kick through
- . Répéter kick through
- . Moving down line
- . Double partner turn
- . Répéter double partner turn
- . Swing out

### ARGENT

- . Swing out
- . Stop reverse
- . Side Jig Walk
- . Face Jig Walk
- . Kick through
- . Kinck in and Out
- . Moving down line
- . Swing out ( Heels )
- . Kick away
- . Hand shake behind the back
- . Hand to hand charleston
- . Répéter and to hand charleston
- . Charleston swing
- . Répéter Charleston swing
- . Charleston turn to left
- . Swing out
- . Slip Slop
- . Swing Out
- . Glide to the side with shake ( suite )
- . Répéter Glide to the side with shake
- . Glide stop reverse
- . Swing close to out

### OR

# CLAQUETTES

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 21 / 08 / 2005

C. F. D. A.

**SIÈGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

[www.Ffdj-ido.Com](http://www.Ffdj-ido.Com)

email : [ido.France@wanadoo.fr](mailto:ido.France@wanadoo.fr)

### BRONZE

#### SYLABUS DES FRAPPES

TAP-STEP-TAP STEP-BRUSH-HOP-FLAP

BALL-CHANGE-TOE-STAMP-STOMP

SHUFFLE-HEEL.DIG

- IRISH

SH.HOP.ST.

-SHIM SHAM SIMPLE

SH.ST.SH.ST.SH.BC.SH.ST

-CRAMP ROLL SIMPLE

ST.ST.H.H.

-TIME SIMPLE

ST.SH.HOP ST.ST.

-SOFT SHOES SIMPLE

ST.BC.ST.BC.ST.BC.BC.BC.

-MAXIE FORD

SF.BRCH.BC.

-RIFF3 & RIFF4-

TOE DIG HEEL TOE DIG DIG TOE

### ARGENT

#### SYLABUS INTERNATIONAL

**Utiliser les frappes du programme bronze, plus:**

PICK UP-SLAP-CHUG-SHUFFLE STEP-LEAP-

SPRING-JUMP-SCUFF.

-SHIM SHAM DOUBLE

SH.ST.SH.ST.SH.BC.SH.ST. (*idem M.bronze*)

SH.BC.SH.ST.X2

1 & 2 & 3 & 4...8

-CRAMP ROLL DOUBLE

ST.ST.H.H.

1 & A 2

-TIME DOUBLE

ST.SH.HOP ST.FL.

1 & 2 & 3 & 4

-SOFT SHOES DOUBLE

FL.BC.FL.BC.FL.BC.BC.BC.

&1 &2 &3 &4 &5 &6 &7 &8

-PAS DE BOOGIE SIMPLE

FL.FL.FL.SH.BC.FL.SH.BC.

&1 &2 &3 &4 &5 &6 &7 &8

-MAXIE FORD DOUBLE

FL.BRCH.BC. X3 BRCH.BC.BRCH.BC.

&1 & A2...6 & A7 & A8

-RIFF 5

TOE DIG H.DIG TOE

& 1 & A 2

### OR

# HIP-HOP

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 21 / 08 / 2005

C. F. D. A.

**SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

www.Ffdj-ido.Com

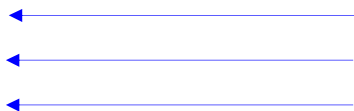
email : ido.France@wanadoo.fr

### BRONZE

PASSAGE :



COMPETITION :



- . DEPLACEMENT EN ZIG ZAG
- . BASE DOUBLE
- . KICK ET SPLIT
- . BASE EN JETES LATERAUX
- . DEPLACEMENT EN JETES ARRIERE
- . DEPLACEMENT EN CERCLE
- . BASE ALTERNEE DROITE/GAUCHE

### ARGENT

**PROGRAMME A EXECUTER DANS L'ORDRE**

*Tempo : 26-28 mesures/mn*

**Durée à l'approbation de l'examineur**

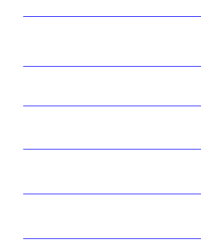
**AUTRE ORDRE DU PROGRAMME POSSIBLE**

*Tempo : 28 mesures/mn*

**Durée : 1 mn**

- . MARCHE EN TRIANGLE & BALANCÉ
- . HOP TWIST ET PAILLASSON
- . MARCHE, MANIVELLE ET CLAPS
- . ALLER / RETOUR
- . KICK'N SIDE
- . ROLL'N CHASSE
- . LA MARELLE
- . JUNGLE
- . +  
PROGRAMME DE BRONZE

### OR



- . KICK BOXING
- . TOUR GENOUX
- . LA NOYADE
- . DEPLACEMENT TOURNE ET REPLI
- . POINT' A POP
- . COUP DE POING
- . SUZY CUE
- . WHISK'N CORTA
- . LA MOQUERIE

# DISCO

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 28 / 11 / 2012

C. F. D. A.

**SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

w w w . F f d j - i d o . Com

email : ido. France @ wanadoo.fr

### BRONZE

- 1 Step touch à droite et gauche +pas de samba
- 2 Côté assemblé côté pointé à gauche  
Côté assemblé côté pointé à droite
- 3 chaîné à droite et à gauche.
- 4 isolation hanches + 1/2 TOUR
- 5 thorax
- 6 step jazz croisé
- 7 isolation coordination bras
- 8 accroupi +step touch à droite  
step touch à gauche
- 9 stag jump droite bras en v  
stag jump gauche bras en v

### ARGENT

- 1 pas de relais argent avec le up et le pas de samba à droite et à gauche
- 2 battement posé tourné pied tête bras  
extention du dos
- 3 chaîné double 2ème avec les bras qui montent
- 4 pas chassé posé grand jeté posé stag step  
assemblé
- 5 push turn avec spirale des bras
- 6 stag posé pirouette posé x 2
- 7 glissade pied gauche 1/2 tour gainage sur les  
mains pie tête jambe droite revenir en  
seconde parallèle remonté scoop

### OR

- 1 hitchkick chassé battement touch 1/2 tour  
battement posé
- 2 chaîné double avec illusion
- 3 roue sur 4 temps penché mains au sol  
remonté battement
- 4 penché mains au sol assise avec 1/2 tour  
jambe droite tendue hitchkick et remonté
- 5 battement posé pied tête 2 pas de marche  
assemblé mouton



# HUSTLE , DISCO SWING/FOX

## Programme pour Passage de MEDAILLES

Mise à jour : 21 / 08 / 2005

C. F. D. A.

**SIÈGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

www.Ffdj-ido.Com

email : ido.France@wanadoo.fr

**BRONZE**

**ARGENT**

**OR**

**PASSAGE :**

**RYTHME 1.2.3.4.**

**Tempo : 30-36 mesures/mn**

**RYTHME 1.2.&3-4.5.&6**

**Durée à l'approbation de l'examineur**

**COMPETITION :**

**Tempo : 30-36 mesures/mn**

**Durée : 1,45 mn à 2 mn maxi**

.Base ,  
 .Bisous à G. et à D. ,  
 . changt de place de G. à D.  
 . Changt de place de D. à G.  
 .Bisous à G. et à D.fini main D à main D  
 .Double épaulé ,  
 .Double ciseaux ,  
 .Double caresse autour du cou  
 . changt de place de G. à D.  
 . changt de place de D. à G. double prise  
 de main "main G. à main D. - main D. à main G."  
**. ENROULE Dr**  
 . Changt de place de D. à G.  
 .Déplacement latéral G. et D. ,

.Base ,  
 .Bisous à G. et à D. ,  
 . changt de place de G. à D.  
 . Changt de place de D. à G.  
 .Bisous à G. et à D.fini main D à main D  
 .Double épaulé ,  
 .Double ciseaux ,  
 .Double caresse autour du cou  
 . changt de place de G. à D.  
 . changt de place de D. à G. double prise  
 de main "main G. à main D. - main D. à main G."  
**. ENROULE Dr**  
 . Changt de place de D. à G.  
 .Déplacement latéral G. et D. ,  
 .Changt de place de G. à D. avec changt  
 de main "fini main D. à main D.",  
 .Vis à vis ,  
 .Double caresse autour du cou

# MERENGUE

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 28 / 12 / 2006

C. F. D. A.

**SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

[www.Ffdj-ido.Com](http://www.Ffdj-ido.Com)

email : [ido.France@wanadoo.fr](mailto:ido.France@wanadoo.fr)

BRONZE

ARGENT

OR

- . Base
- . Balancé ( check avt et arr )
- . Base
- . Balancé avec tour de main Dse
- . Base
- . Tour à Gauche Balancé
- . Promenade ( Paséo ) N°1
- .promenade 1 tour à D Dse / 8
- .promenade 2 tour à D Dse / 8
- .promenade contre promenade avec tour à G Danseuse

- . Promenade ( Paséo ) N°2
- . Base
- . Brazada avec enroulé Dse et "Bossu" (Tunnel)
- . Base
- . Check, pasada, y Mimo
- . Base
- +
- . Programme Bronze

- . Base
- . Promenade ( Paséo ) N°3
- . Espalda con giro y cintura
- . Base
- . Toupie
- +
- . Programme Argent

# ROCK SAUTÉ

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 21 / 08 / 2005

C. F. D.A.

**SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

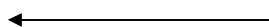
[www.Ffdj-ido.Com](http://www.Ffdj-ido.Com)

email : [ido.France@wanadoo.fr](mailto:ido.France@wanadoo.fr)

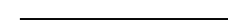
**BRONZE**

**ARGENT**

**OR & étoiles**



ENFANTS (-12 ans) JUNIORS (12 à 15) adultes (+ 15 ANS)



Tempo : 44-46 mesures/mn

Tempo : 44-46 mesures/mn

Tempo : 48-50 mesures/mn

**DUREE 1,15**

**DUREE 1,30**

**DUREE 1,45**

.KICK BALL CHANGE obligatoire  
.CHANGEMENT DE PLACE  
de D à G - de G à D -  
avec prise de main D ou G  
.TOUR SOLO (AVEC VARIANTES  
de face - de dos)  
.SPIRALE -  
.TOUR CONTRARIÉ  
.STOP DE FACE x 2  
.JEU de JAMBE  
.TWIST  
.1 lâché = 1 fois 16 temps

.DOUB LE SIX  
.Les CISEAUX-CHARLOTS  
.DOUBLE JETÉS  
.JETÉS RAPIDES + FENTES  
.LE DAUPHIN (jeté-glissé)  
.LA CHAISE (variantes sortie)  
.2 lâché = 2 fois 16 temps  
.L'ELEVATION (acro. basse)  
.LE GENOU (acrobatie basse)  
.LE CHEVAL (acrobatie basse)  
+  
.Programme Bronze si utile  
.Pas d'acrobatie pour fille-fille

# MILONGA

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 18 / 01 / 2007

C. F. D.A.

**SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

[www.Ffdj-ido.Com](http://www.Ffdj-ido.Com)

email : [ido.France@wanadoo.fr](mailto:ido.France@wanadoo.fr)

BRONZE

ARGENT

OR

LA BALDOSA ( BASE 6 )

BALDOSA CON PASO CAMINADO  
( BASE 12 )

BALDOSA CON 8 AL 3

PASO BASICO (SALIDA )

PASO BASICO CON 8 CAMINADO

PASO BASICO CON 8 AL 3

PASO BASICO CON 5 AL 2

CUNITA à patir de la baldosa

OCHO ATRAS ACOMPAGNADO

OCHO ADELANTE ACOMPAGNADO

PROMENADE

TRAS PIED à partir de la salida

HESITATION aller et retour

ZIG ZAG ( 8 )

ZIG ZAG SYNCOPE

# GUAPACHA

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 21 / 08 / 2005

C. F. D.A.

**SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

[www.Ffdj-ido.Com](http://www.Ffdj-ido.Com)

email : [ido.France@wanadoo.fr](mailto:ido.France@wanadoo.fr)

BRONZE

ARGENT

OR

**RYTHME - CHA.CHA.CHA - CHASSE  
GUAPACHA - PIETINE**

BASE à droite et à gauche

BASE avant et arrière

POINTE le 2&3 4&1

JETE le 2&3 4&1

UNDERARM 2&3

DOUBLE TOUR

DOUBLE TOUR

- fini hand to hand + spot turn

CHANGEMENT DE PIED

- cote à cote

EPAULE à EPAULE

# BACHATA

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 28 / 12 / 2006

C. F. D.A.

**SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

www.Ffdj-ido.Com

email : ido.France@wanadoo.fr

BRONZE

ARGENT

OR

**RYTHME 1/2/3/4**

**RYTHME 1/2/3&4**

- 1 BASE LATÉRALE GAUCHE ET DROITE
- 2 BASE ARRIÈRE & AVANT
- 3 BASE LATÉRALE **SUR LA BASE LATÉRALE à DROITE DANSEUR UNDERARM à gauche Dse**
- 4 BASE LATÉRALE **SUR LA BASE LATÉRALE à GAUCHE DANSEUR UNDERARM à DROITE Dse**
- 5 BASE AV ET AR **SUR BASE AV UNDERARM à DROITE DSE SUR BASE AR TOUR à D Dr AVEC Chgt DE MAIN DAN LE DOS finir mains croisées**
- 6 DOUBLE CARESSES : **SUR BASE LAT à G CARESSE Dr AVEC MAIN D . SUR BASE LAT à D CARESSE DSE AVEC MAIN G REPREDRE POSITION fermée**

- 1 BALANCÉS LATÉRAUX
- 2 BASE MERENGUE AV/AR AVEC 1/2 TOUR à DROITE = **2X8**
- 3 EL VIAJE ( **le voyage** ) **4X8**
- 4 MI CARINA ( **ma chérie** ) **3X8**
- 5 LA TIATIA BAILA **1X8**
- 6 DE ESPALDAS UNO Y OTRO ( **dos à dos** )
- 7 LA MANIVELA **3X8**

# VALSE ARGENTINE

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 18 / 01 / 2007

**C. F. D.A.**

**SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

[www.Ffdj-ido.Com](http://www.Ffdj-ido.Com)

email : [ido.France@wanadoo.fr](mailto:ido.France@wanadoo.fr)

### BRONZE

.BALDOSA  
.PASOS CAMINADOS  
.SALIDA  
.OCHO ATRAS DEL PASO 2  
.OCHO ATRAS DEL PASO 3  
.OCHO ATRAS ACOMPANADO

### ARGENT

.OCHO ADELANTE CON CAMBIO DE  
FENTE  
.MEDIA LUNA  
.GIRO COM EUROSQUE  
GIRO COM SACCADAS

### OR

# CHA - CHA - CHA

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 18 / 02 / 2016

I - D - O

**SIÈGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

[www.Ffdj-ido.Com](http://www.Ffdj-ido.Com)

email : [ido.France@wanadoo.fr](mailto:ido.France@wanadoo.fr)

### BRONZE

### ARGENT

### OR

1- CLOSE BASIC

2- UNDERARM TO LEFT

3- UNDERARM TO RIGHT

4- SPOT TURN TO LEFT

5- SPOT TURN TO RIGHT

6- CHEK FROM OPEN CPP

7- CHEK FROM OPEN PP

8- FAN

9- HOCKEY STICK

10- ALEMANA FROM FAN AND OPEN POSITION

11- SHOULDER TO SHOULDER

12- HAND TO HAND AVEC OU SANS 3 CHASSES

FROM PP AND CPP

13- OPEN HIP TWIST

14- TIME STEP

15- OPEN BASIC AVEC OU SANS CHASSES LOCK

16- HIP TWIST CHASSE

17- RONDE CHASSE

18- METHODES OF CHANGING FEET

19- CLOSE HIP TWIST

20- NATURAL TOP

### BRONZE PLUS

21- TURKISH TOWEL

22- CLOSE HIP TWIST SPIRAL

23- CUBAN BREAK IN OPEN POSITION

24- CUBAN BREAK IN OPEN CPP

25- SPLIT CUBAN BREAK IN OPEN CPP

26- CROSS BASIC

27- CUBANE BREAK ON SHAME FOOT IN SHADOW

POSITION



# R U M B A

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 18 / 02 / 2016

I - D - O

**SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

w w w . F f d j - i d o . Com

email : ido. France @ wanadoo.fr

### BRONZE

- 1- BASIC MOUVEMENT
- 2- UNDERARM TO LEFT
- 3- UNDERARM TO RIGHT
- 4- SPOT TURN TO LEFT
- 5- SPOT TURN TO RIGHT
- 6- CHEK FROM OPEN CPP
- 7- CHEK FROM OPEN PP
- 8- FAN
- 9- HOCKEY STICK
- 10- ALEMANA FROM FAN AND OPEN POSITION
- 11- CLOSE HIP TWIST
- 12- HAND TO HAND
- 13- NATURAL TOP
- 14- OPEN HIP TWIST
- 15- BASIC MOUVEMENT FROM OPEN TO CLOSE HOLD
- 16- BASIC MOUVEMENT FROM CLOSE HOLD TO OPEN POSITION
- 17- FORWARD AND BACKWARD WALKS

### ARGENT

#### BRONZE PLUS

- 18- ROPE SPINNING
- 19- OPENING OUT TO RIGHT AND LEFT
- 20- SPIRAL
- 21- CURL
- 22- FALLAWAY
- 23- CUBAN ROCKS
- 24- REVERS TOP
- 25- SLIDING DOORS
- 26- FORWARD WALKS IN SHADOW POSITION

### OR

# S A M B A

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 18 / 02 / 2016

I - D - O

**SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

[www . F f d j - i d o . Com](http://www.Ffdj-ido.Com)

email : [ido. France @ wanadoo.fr](mailto:ido.France@wanadoo.fr)

### BRONZE

- 1- NATURAL BASIC MOUVEMENT
- 2- REVERSE BASIC MOUVEMENT
- 3- PROGRESSIVE BASIC MOUVEMENT
- 4- SAMBA WISKS TO LEFT AND RIGHT
- 5- PROMENADE SAMBA WALKS
- 6- SIDE SAMBA WALKS
- 7- STATIONNARY SAMBA WALKS
- 8- VOLTA SPOT TURN TO RIGHT AND LEFT FOR LADY
- 9- SHADOW BOTAFOGOS
- 10- TRAVELING VOLTAS TO RIGHT AND LEFT
- 11- CONTINIOUS VOLTA SPOT TURN RIGHT AND LEFT
- 12- SOLO CONTINIOUS VOLTE SPOT TURN RIGHT -  
AND LEFT
- 13- REVERS TURN

### ARGENT

- 14- TRAVELING BOTAFOGOS
- 15- METHODS OF CHANGING FEET
- 16- PROMENADE BOTAFOGOS
- 17- CORTA JACA
- 18- CLOSE ROCKS TO RIGHT AND LEFT FOOT
- 19- BACWARD ROCKS ON RIGHT FOOT AND LEFT  
FOOT

### OR

# J I V E

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 18 / 02 / 2016

I - D - O

**SIÈGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON**

[www.ffdj-ido.com](http://www.ffdj-ido.com)

email : [ido.France@wanadoo.fr](mailto:ido.France@wanadoo.fr)

### BRONZE

- 1- BASIC IN PLACE
- 2- BASIC IN FALLAWAY
- 3- CHANGE OF PLACE RIGHT TO LEFT
- 4- CHANGE OF PLACE LEFT TO RIGHT
- 5- CHANGE OF HANDS BEHIND BACK
- 6- LINK
- 7- AMERICAN SPIN
- 8- PROMENADE SLOW AND QUICK
- 9- ROLLING OFF THE ARM
- 10- WINDMILL
- 11- SPANISH ARMS
- 12- WHIP
- 13- OVERTURNED CHANGE OF PLACE LEFT TO RIGHT
- 14- BALL CHANGE
- 15- THOWAWAY WHIP

### ARGENT

- 16- FALLAWAY THROWAWAY
- 17- STOP AND GO
- 18- CHANGE OF PLACE RIGHT TO LEFT WITH  
DOUBLE SPIN
- 19- DOUBLE CROSS WHIP
- 20- CHIKEN WALKS SLOW AND QUICK
- 21- CURLY WHIP
- 22- REVERS WHIP

### OR