

# 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**

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

**email : ido. France @ wanadoo.fr**

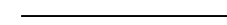
### BRONZE

### 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> = boleo 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 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 . C o m**

**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'examineur

#### 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

# B O O G I E

## Programme pour Passage de MEDAILLES

Mise à jour : 21 / 08 / 2005

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

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 tournée (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**

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

**email : 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

# CLAUQUETTES

## Programme pour Passage de MÉDAILLES

Mise à jour : 21 / 08 /2005

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

#### 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 : 02 / 11/ 2017

C. F. D. A.

SIEGE SOCIAL : 5 rue Confort - 69002 LYON

www.Ffdj-ido.Com

email : ido.France @ wanadoo.fr

### BRONZE

### ARGENT

### OR

PASSAGE :



COMPETITION :



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*



**.BALANCER**

**. DEPLACEMENT EN ZIG ZAG**

**. KICK ET SPLIT**

**. BASE EN JETES LATERAUX**

**. BASE DOUBLE**

**. BASE ALTERNEE DROITE/GAUCHE**

**. MARCHE EN CERCLE**

**. DEPLACEMENT JETES ARRIERE**

**. BALANCER**

**. DEPLACEMENT EN ZIG ZAG**

**. KICK & SPLIT TOURNER**

**. PIVOT TALONS ALLER / RETOUR  
COTE**

**. MARCHE MANIVELLE CLAP**

**. POINTING FENTE**

**. CARRE BALANCE ALLER RETOUR  
ARRIERE**

**. HOP & TWIST -PAILLASSON**

**ROLL'N POINT PAS DE BOURRE .POSE**

**+ BRONZE**

**. 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 extension 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 MÉDAILLES

Mise à jour : 21 / 08 / 2005

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**

**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**

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

**email : 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**

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

**email : 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**

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

**email : 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**

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

**email : 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**

**w w w . F f d j - i d o . 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 REPRENDRE 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**

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

**email : 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**