







Paddle Turn

Série de 1/4 T (souvent Trois ou Quatre) « saccadés » (1 - & - 2 - & ...) ou « lent » (1 - 2 - 3 - 4 ...), le Poids du Corps restant essentiellement sur le même pied (contrairement au « Step Turn 1/4 »)

Exemple « Paddle à Gauche » : Selon les vidéos, il existe plusieurs façons de l'effectuer ;

Nous présentons les 3 qui paraissent les plus utilisées (d'après les vidéos)

PADDLE Gauche - 1ère Variante : Départ sur un "Step" DEVANT				
<ul style="list-style-type: none"> Les 1/4 T s'effectuent sur les "&" (version "saccadée" ; sinon sur les "2" - "4" ...) En pivotant sur les 2 Pieds 				
0	"Au départ" : Poids du Corps sur le Pied Gauche			
1	Avancer le Pied Droit (Petit Pas) (sur la Plante) DEVANT	Le Poids du Corps reste essentiellement sur le Pied Gauche		12H00
&	1/4 Tour à Gauche en Pivotant sur la Plante des Deux Pieds	Le Poids du Corps reste essentiellement sur le Pied Gauche		9H00
2	Avancer le Pied Droit (Petit Pas) (sur la Plante) DEVANT	Le Poids du Corps reste essentiellement sur le Pied Gauche		3H00
&	1/4 Tour à Gauche en Pivotant sur la Plante des Deux Pieds	Le Poids du Corps reste essentiellement sur le Pied Gauche		6H00
On peut poursuivre en faisant un ou deux 1/4 T supplémentaires				



Paddle G et D

<https://www.youtube.com/watch?v=zOPDUQIVaw&feature=youtu.be>

Paddle

https://www.youtube.com/watch?v=ePwNfDP4r_g



COUNTRY Saint-Palais-Sur-Mer



PADDLE Gauche - 2ème Variante : Départ sur un "1/4 T Gauche"				
<ul style="list-style-type: none"> • Les 1/4 T s'effectuent sur les "1"... "2" (version "saccadée" ; sinon sur les "1" - "3" ...) • En pivotant sur le seul Pied Gauche 				
0	"Au départ" : Poids du Corps sur le Pied Gauche			
1	1/4 Tour à Gauche en Pivotant sur la Plante du Pied Gauche et soulever le Pied Droit (Option : en faisant un "Hitch Droit")	Poids du Corps sur le Pied Gauche		9H00
&	Poser La Plante du Pied Droit à Droite	Le Poids du Corps reste essentiellement sur le Pied Gauche		9H00
2	1/4 Tour à Gauche en Pivotant sur la Plante du Pied Gauche et soulever le Pied Droit (Option : en faisant un "Hitch Droit")	Poids du Corps sur le Pied Gauche		6H00
&	Poser La Plante du Pied Droit à Droite	Le Poids du Corps reste essentiellement sur le Pied Gauche		6H00
En pratique, surtout si la musique est rapide, avec l'élan, sur les "&" les quarts de Tours qui suivent commencent à être exécutés, comme on peut le voir sur des vidéos au ralenti				
On peut poursuivre en faisant un ou deux 1/4 T supplémentaires				







[Paddle G et D \(Vidéo\)](#)

<https://www.youtube.com/watch?v=VinDdEh2o2c&feature=youtu.be>



COUNTRY Saint-Palais-Sur-Mer



PADDLE Gauche - 3ème Variante : Départ sur un "1/4 T Gauche"				
<ul style="list-style-type: none"> • Les 1/4 T s'effectuent sur les "1"... "2" (version "saccadée" ; sinon sur les "1" - "3" ...) • En pivotant sur le seul Pied Droit 				
0 "Au départ" : Poids du Corps sur le Pied Droit				
1	1/4 Tour à Gauche en Pivotant sur la Plante du Pied Droit et POSER le Pied Gauche DEVANT ("petit pas" un peu à Gauche du PD)	Poids du Corps sur le Pied Gauche		9H00
&	RAMENER le Pied Droit à côté du Pied Gauche	Le Poids du Corps passe sur le Pied Droit		9H00
2	1/4 Tour à Gauche en Pivotant sur la Plante du Pied Droit et POSER le Pied Gauche DEVANT ("petit pas" un peu à Gauche du PD)	Poids du Corps sur le Pied Gauche		6H00
&	RAMENER le Pied Droit à côté du Pied Gauche	Le Poids du Corps passe sur le Pied Droit		6H00
En pratique, surtout si la musique est rapide, avec l'élan, sur les "&" les quarts de Tours qui suivent commencent à être exécutés, comme on peut le voir sur des vidéos au ralenti				
On peut poursuivre en faisant un ou deux 1/4 T supplémentaires				



Cette troisième version revient pratiquement à faire des « Gallops » tout en faisant des 1/4 T

Paddle (Vidéo)

<https://www.youtube.com/watch?v=jhoG83ZPaCA&feature=youtu.be>

En ralenti (Vidéo)

<https://www.youtube.com/watch?v=60im-EvPNnI>