



- **LEAD** : Communication non-verbal qui débute et qui continue un mouvement.
- **LEAP** : Saut d'un pied sur l'autre.
- **LEFT** : Références au pied gauche, main, hanche ou à la direction.
- **LOCK** : Croisez un pied derrière l'autre. Mouvement fait en se déplaçant vers l'avant ou l'arrière
- **LOCK STEP** : Pas chassé avant ou arrière en calant le genou dans celui de l'autre jambe  
 LOD - LINE OF DANCE : Sens contraire des aiguilles d'une montre autour de la piste de danse.
- **LUNGE** : Transfert de poids en pliant le genou et en étirant l'autre jambe.



- **MAMBO CROSS** : ex à D : poser pied D à D, remettre le poids du corps sur G et croisé D devant G
- **MAMBO ROCK** : ex à D : poser pied D à D, remettre le poids du corps sur G et poser D devant
- **MASHED POTATOE** : Marche arrière en twistant le pied qui ne supporte pas le poids du corps de l'extérieur vers l'intérieur.
- **MILITARY PIVOT** : Step D avant, Pivotez 1/2 tour vers la gauche en y déposant le poids sur le pied gauche. Peut se faire sur les pieds et direction opposés
- **MILITARY TURN** (Tour militaire) = STEP TURN : Pas en avant sur un pied et pivoter un 1/2 tour pour faire face à la direction opposée, déposer le pied opposé en y transférant le poids du corps.
- **MONTANA KICK** = CHARLESTON
- **MONTEREY TURN** : Cet ensemble de 4 pas se fait sur 4 temps. Pointer le pied droit à droite, sur le pied gauche faire un 1/2 tour vers la droite en ramenant le pied droit à côté du pied gauche, pointer le pied gauche à gauche, revenir au centre en ramenant le pied gauche à côté du pied droit. Ce pas est aussi exécuté du côté opposé. Certaines chorégraphies ne font que les deux premiers temps.
- **MULE = PIED MATELOT** : 3 pas sus 2 temps. pieds légèrement écartés et genoux légèrement pliés. 1. croiser le pied droit derrière le gauche & faire un pas du pied gauche à gauche 2. Pousser sur le pied gauche et amener le pied droit à droite



- **OLOD** : " Outside Line Of Dance " Pour les danses de partenaire. Position face à l'extérieur du cercle, dos au centre.