

# Fodpositioner

## De 5 fodpositioner i Linedance

### Første position



I første position er fødderne samlet, så hæle og tæer er udfor hinanden.

### Anden position



I anden position er fødderne placeret på samme måde som i første position, men med ca. en skulderbreddes afstand.

### Tredje position



I tredje position er fødderne placeret udadrejet med den ene foran den anden, således at hælen på den forreste fod er placeret mod svangen på den anden fod.

- Bruges ofte i rock-steps, shuffles, triple steps, polkas og basic swing



#### **EXTENDED:**

Fødderne placeres i samme position med ca. en fods afstand.

### Fjerde position



I fjerde position er den ene fod placeret parallelt foran den anden.

### Femte position



I femte position er fødderne placeret med den ene umiddelbart foran den anden, således at stortåen på den bageste fod er placeret udadrejet lige bag hælen på den forreste.

- Bruges ofte i rock-steps og step-turns



#### **EXTENDED:**

Fødderne placeres i samme position med ca. en fods afstand.

