

Beskrivelser

Progressive (Run) – Løbetrin – Et trin eller en serie af trin hvor den frie fod passerer den løbende fod før den placeres på isen, hvorved den nye frie fod bringes af isen følgende sporet af den nye løbende fod.

Dette ligner meget forlæns kryds, dog skal den frie fod kun sættes på isen lige foran den løbende fod, så der fortsættes på samme cirkel.

Swing Roll – En roll, der holdes i flere af musikkens taktslag gennem hvilket, når der løbes baglæns svinges det frie ben først frem så tilbage til den løbende fod for at blive placeret på isen ved siden af den løbende fod (løbes der forlæns svinges det frie først tilbage og så frem).

Dette ligner buer, men det frie ben holdes strakt bag det løbende ben indtil ca. halvdelen af buen er løbet, så svinges det strakt frem til ca. knæhøjde af det løbende ben.

Chasse – Et trin kombination gennem hvilket den frie fod er placeret ved siden af den løbende fod, men ikke foran den, og den nye frie fod løftes ved siden af den nye løbende fod.

Cross Roll – En roll startet forlæns med fødderne krydset foran eller baglæns med fødderne krydset bagved. Der fås fart på ved afsæt fra yder skæret af den løbende fod når det bliver til den frie fod.