

Glossaire franco-allemand pour les activités gymniques et dansées

La Gymnastique Rythmique et Sportive	Die Rhythmische Sportgymnastik
Le cerceau	Der Reifen(-)
La massue	Die Keule(n)
La corde	Das Seil(e)
Le ruban	Das Band(“-er)
Le ballon	Der Ball(“-e)

La Gymnastique aux agrès	Das Gerätturnen, das Kunstturnen
La barre fixe	Das Reck
Les barres parallèles	Der (Parallel)barren
Les arçons	Das (Pauschen)pferd
Les anneaux	Die (Schaukel)ringe
Le cheval de saut	Der Bock, der Sprungtisch, das Sprungpferd
Le sol	Der Boden
Les barres asymétriques	Der Stufenbarren
La poutre	Der Schwebebalken
Le tapis (de gymnastique)	Die Matte(n)
Le plinth	Der Kasten(-)
Le tremplin	Die Sprunganlage(n), das Sprungbrett(er)
Le trampoline	Das Trampolin(e)
L'espalier	Die Sprossenwand(“-e)
La caissette	Der Reifenständer(-)
La latte	Die Latte(n), der Stab(“-e)
Le jalon	Die Stange(n)
Le cône	Der Kegel(-)
La structure à grimper	Das Klettergerüst(e)

L'acroport	Die Akrobatik
La pyramide	Die (Menschen)pyramide(n)

La danse de création	Der kreative Tanz
La ronde dansée	Der Kreistanz, der Reigen
L'expression corporelle	Der Ausdruckstanz
Le mime	Die Pantomime (Attention: <i>der Mime</i> renvoie à l'acteur)
Attention : le terme <i>Tanz</i> en allemand fait tout autant référence à la danse de scène qu'à la danse de salon, très pratiquée. Si l'on veut bien préciser qu'il s'agit de danse au sens où on l'entend le plus souvent en français, il faut dire <i>Bühnentanz</i> .	

La position de départ	Die Ausgangsposition
La prise d'élan (course)	Der Anlauf
L'élan	Der Schwung
L'appel	Der Absprung
La phase de vol	Die Flugphase
La réception	Die Landung
La sortie d'un agrès	Der Abgang
La rotation dans l'axe vertical Le demi-tour	Die Drehung Die halbe Drehung
La rotation en avant ou arrière	Die Rolle
Le balancement	Der Schwung, das Pendeln
L'appui	Der Stütz
La suspension, le fait d'être suspendu	Das Hängen
La jambe libre	Das Schwungbein
La jambe d'appel	Das Abdruckbein, das Sprungbein (Attention : das Sprungbein signifie aussi l'astragale)

L'élément	Das Element(e)
L'élément de liaison	Das Verbindungselement
L'enchaînement (suite d'éléments) Construire un enchaînement	Die Übung(en), die Kür(en) Eine Übung zusammenstellen
La chorégraphie	Die Choreografie
La position droite debout pieds serrés	Die Grundstellung
La position les jambes écartées	Der Grätschstand, die Grätschstellung Die Grätsche (tout ce qui est jambes écartées)
La position sur les demi-pointes	Der Ballenstand
La position assise jambes croisées	Der Schneidersitz
Le saut en extension	Der Strecksprung(“-e)
Le saut groupé	Der Hocksprung
Le saut en ciseaux	Der Schersprung

Le saut à cloche-pied	Der Einbeinsprung ; auf einem Bein springen
Le saut pieds serrés	Der Sprung mit geschlossenen Beinen; der Schlussprung
Le(s) sautillé(s)	Der Hopser(-), der Hopserlauf
L'arabesque	Die (Stand)waage(n)
Le pas chassé	Das Chassé(s)
Le culbuto	Die Rückenschaukel(n)
La chandelle	Die Kerze(n)
La position en appui sur les mains et les pieds, corps droit gainé, regard vers le sol (comme pour faire des pompes)	Der Liegestütz; die Liegestütz-Stellung
La roulade avant/arrière La roulade avant élevée	Die Rolle(n) vorwärts/rückwärts Die Flugrolle, die Sprungrolle
Le trépied	Der Kopfstand(“-e)
L'équilibre sur les mains, l'Appui Tendu Renversé (ATR)	Der Handstand
L'équilibre non maintenu (faire un ciseau)	Der Scherhandstand
La roue	Das Rad(“-er)
La rondade	Der Rondat(s), die Radwende(n)
Le Flick flack	Der Flickflack(s), der Handstandüberschlag rückwärts
Le salto	Der Salto(s ou i)

Le fait de faire rebondir le ballon	Das Prellen
Le fait de sauter par-dessus la corde	Der Durchschlag
Les petits cercles de la main pour faire tourner le cerceau autour, ou les massues	Das Handumkreisen
Le serpent avec le ruban	Die Schlange
La spirale avec le ruban	Die Spirale
Le balancement avec un des engins de GRS	Das Schwingen

Faire la ronde	Einen Kreis bilden
Se déplacer à 4 pattes	Auf allen vieren gehen, krabbeln
accroupi	In der Hocke
ramper	kriechen
Monter les genoux vers la poitrine	Die Knie anziehen
Se déplacer en cherchant à maintenir son équilibre	balancieren
L'équilibre (le fait de ne pas tomber)	Das Gleichgewicht

En contre-haut ; en contrebas	Die Stufe hinauf/hinunter Von (dem Kasten/der Bank...) herunter/herauf
L'échauffement	Das Aufwärmen, die Aufwärmübungen, die Aufwärmphase
L'installation (du matériel) Le rangement	Der Aufbau Das Aufräumen; der Abbau
Le parcours	Der Parcours
L'atelier	Die Station(en)
La détente Se détendre La phase de retour au calme dans une séance	Die Entspannung sich entspannen Der Ausklang
La récupération	Die Regeneration
Le tirage au sort	Das Auslosen
Donner le signal de départ	Den Startschuss/das Startsignal geben
L'arbitre, le juge	Der Schiedsrichter(-)
Le pareur parer	Der Helfer(-) Hilfe leisten
Faire le secrétaire	Den Schriftführer sein
Le podium	Das Podest
La représentation	Die Vorstellung, die Aufführung