به طور خلاصه، فرکانس را می‌توان تعداد تکرار یک واقعه در واحد زمان تعریف کرد. این تعریف که به فرکانسِ زمانی نیز موسوم است، به تقابل دو فرکانسِ زاویه‌ای و فرکانسِ فضایی تاکید دارد. در ادامه به معرفی دو فرکانس‌ِ زاویه‌ای و فضایی نیز خواهیم پرداخت.

با توجه به مطلب فوق، می‌توانیم مفهومی دیگر از تعریف فرکانس را موسم به دوره (Period) استخراج کنیم. دوره که اصولاً با نام دوره تناوب شناخته می‌شود، مدت زمانی است که یک رخداد یا واقعه، روند یا سیکل (Cycle) کاملی را (۱ بار) طی می‌کند. در واقع دوره تناوب را می‌توانیم عکس فرکانس تعریف کنیم. در فیزیک و علوم مهندسی، فرکانس را با نماد ff یا νν و دوره تناوب را با نماد TT نمایش می‌دهند.