

Inhalt

1.	Zielestellung	11
2.	Handhabung des Lehrmaterials	13
3.	Grundlagen der klassischen Tanztechnik	
3.1.	Ausgewählte Aspekte der Anatomie des Bewegungsapparates des Menschen	15
3.1.1.	Das Becken	15
3.1.2.	Das Hüftgelenk	16
3.1.3.	Die Wirbelsäule	17
3.1.4.	Statik der Stand- und Spielbeinstellung	18
3.2.	Die Grundhaltung des Körpers im klassischen Tanz	20
3.3.	Die Haltung des Körpers mit beiden Händen zur Stange	21
3.4.	Die Beinpositionen	21
3.5.	Die Armpositionen	23
3.5.1.	Grundregeln der Koordination	23
3.5.2.	Grundhaltungen und -bewegungen des Kopfes	24
3.5.3.	Die vorbereitende Haltung	25
3.5.4.	Die 1. Position	26
3.5.5.	Die 2. Position	30
3.5.6.	Die 3. Position	33
3.5.7.	Die préparation des Armes an der Stange	35
3.5.8.	Die ports de bras	37
3.5.8.1.	Das épaulement	38
3.5.8.2.	Das Diagramm	40
3.5.8.3.	Das 1. port de bras	40
3.5.8.4.	Das 2. port de bras	44
3.5.8.5.	Das 3. port de bras	46
3.6.	Das plié	54
3.6.1.	Demi-plié	55
3.6.2.	Grand plié	58
3.6.3.	Demi- und grand plié in der Mitte des Saales	62
3.7.	Relevé auf halbe Spitze	62
3.7.1.	Relevé auf halbe Spitze in I., II. und V. Position	62
3.7.2.	Relevé auf halbe Spitze in der Mitte des Saales	67
3.8.	Die Battements	67
3.8.1.	Der Aufbau der Körperachse	68
3.8.2.	Battement tendu	69
3.8.2.1.	Battement tendu aus I. und V. Position	70
3.8.2.2.	Battement tendu mit demi-plié aus I. und V. Position	74
3.8.2.3.	Battement tendu mit demi-plié in II. Position	77
3.8.2.4.	Battement tendu pour le pied	81
3.8.2.5.	Battement tendu soutenu	85
3.8.2.6.	Passé par terre	89

3.8.2.7.	Battement tendu in der Mitte des Saales	92
3.8.3.	Battement tendu jeté	93
3.8.3.1.	Battement tendu jeté aus I. und V. Position	93
3.8.3.2.	Battement tendu jeté piqué aus I. und V. Position	96
3.8.3.3.	Battement tendu jeté in der Mitte des Saales	98
3.8.4.	Battement relevé lent	98
3.8.4.1.	Battement relevé lent vor, seit, rück	100
3.8.4.2.	Battement relevé lent in der Mitte des Saales	104
3.8.5.	Grand battement jeté	104
3.8.5.1.	Grand battement jeté vor, seit, rück	105
3.8.5.2.	Grand battement jeté in der Mitte des Saales	107
3.8.6.	Battement développé	107
3.8.6.1.	Battement retiré (passé)	108
3.8.6.2.	Battement développé vor, seit, rück	111
3.8.6.3.	Battement développé in der Mitte des Saales	116
3.8.7.	Battement fondu	116
3.8.7.1.	Sur le cou-de-pied vor und rück	117
3.8.7.2.	Battement fondu mit der Fußspitze am Boden und auf 45°	120
3.8.7.3.	Battement fondu in der Mitte des Saales	124
3.8.8.	Battement frappé	124
3.8.8.1.	Battement frappé mit der Fußspitze am Boden und auf 30°	124
3.8.8.2.	Battement double frappé mit der Fußspitze am Boden	127
3.8.8.3.	Battement frappé in der Mitte des Saales	130
3.9.	Rond de jambe par terre	130
3.9.1.	Die Begriffe en dehors und en dedans	130
3.9.2.	Demi-rond de jambe par terre en dehors und en dedans	130
3.9.3.	Rond de jambe par terre en dehors und en dedans	132
3.9.4.	Temps relevé	137
3.9.5.	Rond de jambe par terre in der Mitte des Saales	140
3.10.	Die Posen des klassischen Tanzes	140
3.10.1.	Die Posen croisé und effacé	140
3.10.2.	Die arabesques	144
3.10.3.	Elementares Adagio	148
3.11.	Temps lié par terre	148
3.12.	Pas de bourrée	153
3.13.	Bewegungen zur Entwicklung koordinativer Fähigkeiten	158
3.13.1.	Marsch	160
3.13.2.	Pas polonais	161
3.13.3.	Pas balancé	162
3.13.4.	Pas de basque	166
3.14.	Die Sprünge	168
3.14.1.	Grundregeln	168
3.14.2.	Trapolinsprünge	170
3.14.3.	Temps sauté	171
3.14.4.	Pas échappé	176
3.14.5.	Changement de pied	178

4.	Übungsbispiele	181
4.1.	Nutzungshinweise	181
4.2.	Plié-Kombinationen	182
4.3.	Relevé auf halbe Spitze	192
4.4.	Battement tendu-Kombinationen	197
4.5.	Battement tendu jeté-Kombinationen	212
4.6.	Rond de jambe par terre-Kombinationen	217
4.7.	Battement fondu-Kombinationen	222
4.8.	Battement frappé-Kombinationen	225
4.9.	Battement développé-Kombinationen	230
4.10.	Grand battement jeté-Kombinationen	236
4.11.	Elementares Adagio	240
4.12.	Port de bras-Kombinationen	248
4.13.	Tänzerische Kombinationen	256
4.14.	Sprung-Kombinationen	269
	Verzeichnis der Kombinationen und Musikbeispiele	281
	Literaturverzeichnis	288
	Bildnachweis	288