

Die Wurzeln des Jazz, 7
Das Musical der Weißen, 10

Die Ausbreitung des Jazz, 13
Der Broadway, 15
Die Entwicklung des schwarzen Tanzes, 23
Die Entwicklung des Musicals, 24

Der Jazz im Film, 28
Die Technik des Jazz, 33
Die Grundpositionen, 34
Aufwärmübungen, 36
Dehnungen des Oberkörpers, 36
Rumpfkontraktionen, 38
Pliés, 39
Relevés, 40
Bodenarbeit, 41
Streckung des Rückens, 41
Fußübungen, 42
Bauchübungen, 42
Beinübungen, 44
Beweglichkeit, 45
Beinarbeit, 47
Isolationsübungen, 51

Isolierte Kopfbewegungen, 51
Isolierte Schulterbewegungen, 52
Isolierte Rumpfbewegungen, 52
Isolierte Hüftbewegungen, 53
Isolierte Armbewegungen, 54
Drehungen, 55
Die Auswärtsdrehung, 55
Die Einwärtsdrehung, 56
Drehungen im Plié, 57
Die Jazzschritte, 58
Entspannungsübungen, 65

Der Zauber des Musicals, 65
Oklahoma, 65
Grease, 66
42nd Street, 67
West Side Story, 67
A Chorus Line, 67
Fame, 70
Cats, 70
Starlight Express, 72

Worterklärungen, 73
Register, 74