

BALLETT FÜR ANFÄNGER

Wir üben zu Hause weiter

Von THALIA MARA

Unter Mitarbeit von Lee Wyndham

Illustriert von George Bobrizky

Erster Teil



1958 Rascher Verlag Zürich und Stuttgart

INHALT

Vorwort von Myriam Forster	5	Korrekte Haltung am Barren	31
Vorwort an die Eltern	6	Die Haltung des freien Armes und der Hand am Barren	32
Anmerkung für die Schüler	10	Port de bras am Barren	32
Stellung und Haltung	13	Korrekte Haltung des Fußes beim Auf-die-Spitze-Stellen	34
Stellung — stehe so!	14	Battements tendus	36
Richtige Körperhaltung	15	Battements tendus à la quatrième devant	37
Die fünf Positionen der Füße	16	Battements tendus à la seconde	38
Das demi-plié	19	Battements tendus à la quatrième derrière	39
Demi-plié in der ersten Position	20	Battements tendus à la seconde von der fünften Position aus	40
Demi-plié in der zweiten Position	21	Battements tendus à la seconde mit demi-plié in der fünften Position	42
Demi-plié in der dritten Position	22	Battements dégagés	44
Demi-plié in der vierten Position	23	Ronds de jambe à terre, en dehors	46
Demi-plié in der fünften Position	24	Ronds de jambe à terre, en dedans	47
Das grand plié	25	Port de bras au corps cambré	48
Grand plié in der ersten Position	26	Battements frappés	50
Grand plié in der zweiten Position	27		
Grand plié in der dritten Position	28		
Grand plié in der vierten Position	29		
Grand plié in der fünften Position	30		

Battements retirés	52
Grands battements	54
Grands battements à la quatrième devant	54
Grands battements à la seconde	56
Grands battements à la quatrième derrière	58
Battements soutenus, à la seconde	60
Relevés	62
Erklärung der Fachausdrücke	64