

Lernziele TCheck 3

Theorie

- Elemente:
 - Körperteile
 - Skelett
 - Wirbelsäule
 - Körperformen
 - Beziehungen
- Rhythmus & Takt:
 - Takt & Taktarten
 - Notenwerte

Praxis

- Ballettechnik
 - Grundpositionen 1 – 3 (Füsse & Arme)
 - Plié Demi & Grand (1. 2. 3. Position)
 - Tendu (aus der 1. Position: vor - seitlich - rückwärts)
 - Jeté
 - Rond de jambe
- Drehungen
 - Left Spin Turn
 - Spot Turn
 - Chainé
- Wienerwalzer
 - Rechtsdrehung
- Cha-Cha-Cha
 - Grundschrift
 - Spot-Turn
 - Hand to Hand
- Moderndance
 - ein Tanz freier Wahl fixe Choreografie
 - ein improvisierter Tanz

Dauer des gesamten Vortrags ca. 10 Minuten