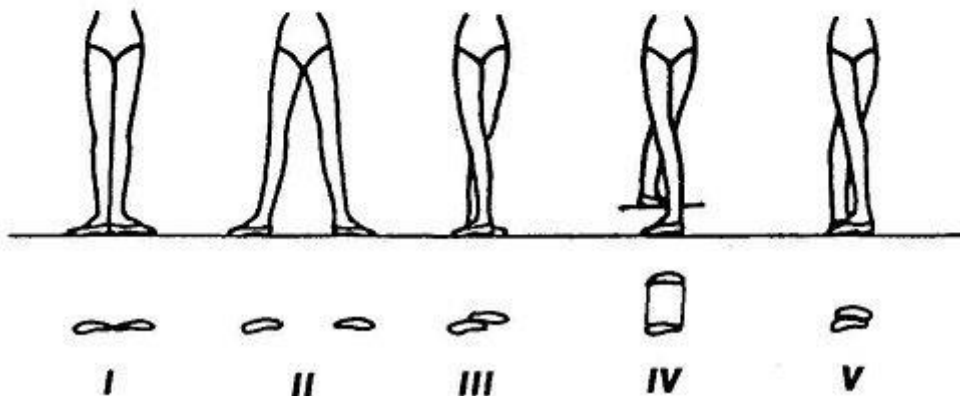
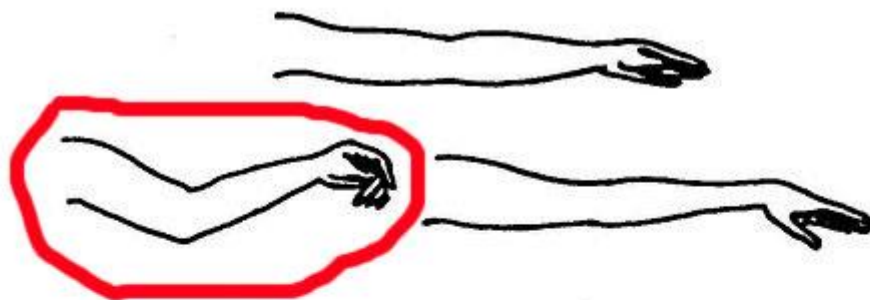
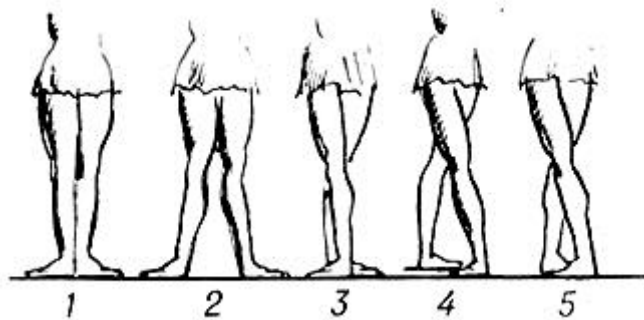


АЗБУКА КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

Основные позиции ног в классическом танце



Во всех этих позициях подразумевается, что опора приходится на обе ноги равномерно.

I позиция – ступни, соприкасаясь пятками, развернуты носками наружу, образуя прямую линию на полу (180°).

II позиция – ноги находятся на расстоянии одной ступни друг от друга, носки разведены в стороны (180°).

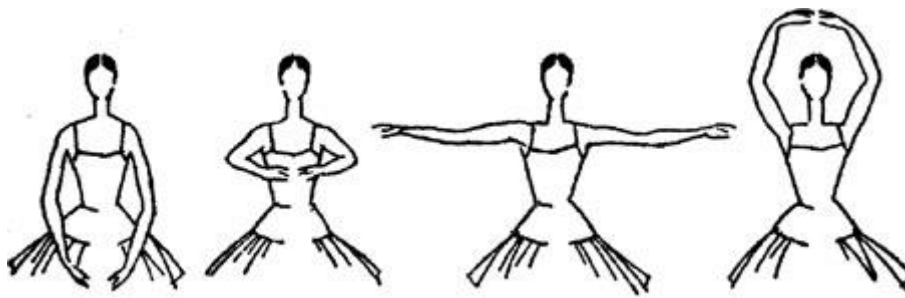
III позиция – пятка одной ноги приставлена к середине ступни другой ноги, носки разведены в стороны (180°).

IV позиция – одна нога находится впереди другой на расстоянии одной ступни; носок ноги, стоящей впереди, находится напротив пятки ноги, стоящей сзади.

V позиция – ступни, плотно прилегая, закрывают друг друга (пятка одной ноги соприкасается с носком другой).

Все перечисленные позиции носят название "открытые позиции". Существуют также прямые, свободные и закрытые позиции.

Основные позиции рук в классическом танце



I позиция – округленные в локтях и кистях руки опущены вниз на уровне диафрагмы, слегка отделены от корпуса.

II позиция – руки разведены в стороны на уровне плеч.

III позиция – округленные в локтях руки подняты вверх над головой.

Из основных позиций образуется множество производных положений.