

Klasiskās dejas stundas
apraksts 1. klasei
profesionālās ievirzes programmā
Dejas pamati



Ievads

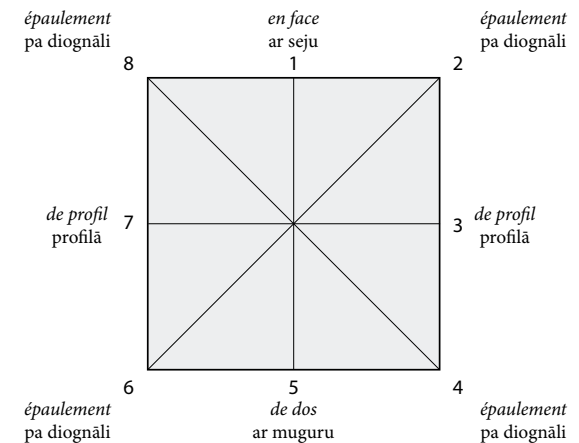
Klasiskās dejas tradīcijas ir vērtība, kuru izpēte, saglabāšana un attīstība, izprotot un izjūtot laikmeta prasības, ir viens no klasiskās dejas pedagoģijas galvenajiem uzdevumiem.

Latvijas Nacionālais kultūras centrs sadarbībā ar PIKC “Nacionālā Mākslu vidusskola” Rīgas Baleta skolu ir izstrādājis metodisku materiālu pedagogiem “Klasiskās dejas stundas apraksts 1. klasei profesionālās ievirzes programmā *Dejas pamati*”.

PIKC NMV Rīgas Baleta skolas pedagogi Regīna Kaupuža, Rīta Harlapa un koncertmeistare Nadežda Možeiko, balstoties ilggadējā pieredzē, ir izveidojušas klasiskās dejas nodarbības PIKC kombināciju piemērus, kas paredzēti audzēkņiem pirmajā apmācības gadā. Līdzās kombināciju aprakstam ir pievienots atbilstošs muzikālais materiāls.

“Klasiskās dejas tehnika nav vienīgā vērtība klasiskā baleta mantojuma saglabāšanā. Formas pilnība ir galvenais klasiskā baleta skaistums, kas jā saglabā un jāattīsta. Tikt skaidrībā par tehnikas precizitāti, formas pilnību un apjaust klasiskās dejas īpatnības, lūk, kas ir aizraujošs uzdevums,” saka krievu klasiskās dejas teorijas pamatlicēja Agripina Vaganova.

- ☞ Metodiskajā materiālā kombināciju piemēriem ir ieteikuma raksturs un tos ir iespējams gan atvieglot, gan veidot sarežģītākus.
- ☞ Aprakstīto kombināciju secība ir saskaņota ar muzikālo materiālu.
- ☞ Muzikālais materiāls atrodams saitē: <https://ieej.lv/vUUC5>
- ☞ Kustību, pozu, delnu un ķermeņa stāvokļu, kā arī virzienu nosaukumi ir franču valodā.
- ☞ Kombināciju aprakstā izmantota krievu klasiskās dejas apraksta struktūra, kurā atsevišķās ailēs tiek aprakstīts kombinācijas muzikālais sadalījums, kāju un ķermeņa darbība, kā arī roku un galvas darbība.
- ☞ Kāju pozīcijas tiek apzīmētas ar romiešu cipariem, bet roku pozīcijas ar arābu cipariem.
- ☞ Kustību virzieni ir atbilstoši baletzāles sadalījuma shēmai:



Exercices pie stieņa



Demi-plié

Muzikālais taktmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: I pozīcija, labā roka sagatavošanās stāvoklī, kreisā roka uz stieņa.

Préparation			
Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība	
1 takts	1♩ – 2♩		labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
	3♩ – 4♩		labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens seko rokai
1. takts	1♩ – 4♩	demi-plié I pozīcijā	labā roka 2. pozīcijā
1. port de bras			
	♩	I pozīcija	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī, skatiens seko delnai
2. takts	1♩	relevé uz puspirkstiem	labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens seko delnai
	2♩	saglabā puspirkstus	labo roku paceļ 3. pozīcijā, skatiens seko delnai
	3♩	saglabā puspirkstus	labo roku atver 2. pozīcijā
	4♩	nolaižas no puspirkstiem	labā roka 2. pozīcijā
3. takts	1♩ – 4♩	grand plié I pozīcijā	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī, paceļ 1. pozīcijā un atver 2. pozīcijā; skatiens seko rokai
4. takts	1♩ – 2♩	battement tendu ar labo kāju uz sāniem	labā roka 2. pozīcijā
	3♩ – 4♩	labo pēdu noliek II pozīcijā	—//—
5. takts	1♩ – 4♩	grand plié II pozīcijā	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī, paceļ 1. pozīcijā un atver 2. pozīcijā; skatiens seko rokai

6. takts	1♩ – 2♩		labo roku no 2. pozīcijas paceļ 3. pozīcijā
	3♩ – 4♩	stāvēt II pozīcijā, ar ķermeni liecas uz sāniem pa kreisi	labā roka 3. pozīcijā
7. takts	1♩ – 2♩	iztaisnojas	—//—
	3♩ – 4♩	II pozīcija	labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens seko rokai
8. takts	1♩	labo kāju nostiepj uz sāniem	skatiens en face
	2♩	demi-rond de jambe par terre en dedans	skatiens pa labi
	3♩	pēdu noliek IV pozīcijā	—//—
	4♩	pauze	
9. – 11. takts	atkārto kombināciju IV pozīcijā kā I pozīcijā		
12. takts	1♩ – 2♩	labo kāju nostiepj priekšā	labā roka 2. pozīcijā
	3♩	labo kāju aizver V pozīcijā	—//—
	4♩	pauze	
13. takts	1♩ – 4♩	grand plié V pozīcijā	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī, paceļ 1. pozīcijā un atver 2. pozīcijā; skatiens seko rokai
3. port de bras			
14. takts	1♩ – 2♩	kājas V pozīcijā, noliecas uz priekšu	labo roku nolaiž 1. pozīcijā
	3♩ – 4♩	pieceļas taisni	labo roku no 1. pozīcijas paceļ 3. pozīcijā
15. takts	1♩ – 2♩	atliecas atpakaļ	labā roka 3. pozīcijā
	3♩ – 4♩	iztaisnojas	labo roku no 3. pozīcijas atver 2. pozīcijā
16. takts	1♩ – 2♩	V pozīcija	delnu pagriež allongé, skatiens pāri delnai
	3♩	—//—	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī
	4♩	—//—	galva pa labi

Exercices pie stieņa



Battement tendu

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā, labā roka sagatavošanās stāvoklī, kreisā roka uz stieņa.

Préparation		
Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība
1 takts	1♩ – 2♩	labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
	3♩ – 4♩	labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens seko rokai
1. takts	1♩ – 4♩	2 battements tendus uz priekšu V pozīcijā uz 1/4 ar pauzēm
2. takts	1♩ – 2♩	2 battements tendus uz priekšu uz 1/4 bez pauzēm
	♩	labo kāju atver <i>pointe tendue</i> uz priekšu
	3♩	<i>battement tendu passé par terre</i> uz aizmuguri
	4♩	labo kāju aizver V pozīcijā aiz muguras
3. – 4. takts	atkārto 1. un 2. takts darbību uz aizmuguri	
5. – 8 takts	2 battements tendus uz 1/4 ar pauzēm uz priekšu, uz sāniem, uz aizmuguri, uz sāniem	—//—
9. takts	1♩ – 2♩	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī, skatiens seko delnai
	3♩ – 4♩	pagriežas <i>épaulement effacé</i>

10. takts	1♩ – 2♩	labo kāju atver <i>pointe tendue</i> uz priekšu	labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz delnu
	3♩ – 4♩	<i>demi-rond de jambe par terre en dehors</i> līdz sāniem	labo roku paceļ 3. pozīcijā, izveidojot lielo pozu <i>ecarté derrière</i>
11. takts	1♩ – 4♩	saglabā lielo pozu <i>ecarté derrière</i>	skatiens uz kreiso pusi
12. takts	1♩ – 2♩	—//—	labo roku no 3. pozīcijas nolaiž 2. pozīcijā un delnu pagriež <i>allongé</i> , skatiens uz delnu
	3♩	labo kāju aizver V pozīcijā	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī, skatiens seko rokai
	4♩	pagriežas <i>en face</i>	galva pa labi

Battement tendu jeté

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā, labā roka sagatavošanās stāvoklī, kreisā roka uz stieņa.

Préparation			
Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība	
1 takts	1♩ – 2♩	labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu	
	3♩ – 4♩	labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens seko rokai	
1. takts	1♩ – 4♩	2 battements tendus jetés uz priekšu uz 1/4 ar pauzēm V pozīcijā	labā roka 2. pozīcijā
2. takts	1♩ – 2♩	2 battements tendus jetés uz priekšu uz 1/4 bez pauzēm	—//—
	♩	atver <i>battement tendu jeté</i> uz priekšu	—//—

Exercices pie stieņa

	3♩	<i>battement tendu jeté passé</i> uz aizmuguri	—//—
	4♩	labo kāju aizver V pozīcijā aiz muguras	—//—
3. – 4. takts	atkārto 1. un 2. takts darbību uz aizmuguri		
5. – 6. takts		<i>battement tendu jeté ar piqué</i> uz 1/4 uz priekšu, uz sāniem, uz aizmuguri, uz sāniem	—//—
7. takts	1♩	<i>demi-plié</i> V pozīcijā, labā kāja priekšā	labā roka 2. pozīcijā, skatiens <i>en face</i>
	2♩	puspagrieziens V pozīcijā uz puspirkstiem pa kreisi	rokas 1. pozīcijā
	3♩	pauze	kreisā roka 2. pozīcijā
	4♩	<i>demi-plié</i> V pozīcijā, kreisā kāja priekšā	—//—
8. takts	1♩ – 2♩	izstiepjas V pozīcijā	delnu pagriež <i>allongé</i>
	3♩ – 4♩		kreiso roku aizver sagatavošanas stāvoklī un caur 1. pozīciju atver 2. pozīcijā
atkārto kombināciju ar kreiso kāju			

Rond de jambe par terre

Muzikālais taktsmērs 3/4*

Sākuma stāvoklis: I pozīcija,
labā roka sagatavošanās stāvoklī,
kreisā roka uz stieņa.

* Muzikālais materiāls ir 3/4 taktsmērā,
kombinācijas pieraksts ir 4/4 taktsmērā,
kur katrs skaits atbilst vienai taktij 3/4 taktsmērā.



Préparation

Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība	
1 takts	1♩	<i>demi-plié</i> I pozīcijā	labā roka sagatavošanās stāvoklī
	2♩	labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz priekšu	labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
	3♩	izstiepjoties no <i>demi-plié</i> , ar labo kāju izpilda <i>demi-rond</i> <i>de jambe par terre en dehors</i> līdz sāniem	labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens uz roku
	4♩	izpilda <i>demi-rond de jambe</i> <i>par terre en dehors</i> uz aizmuguri	labā roka 2. pozīcijā, skatiens <i>en face</i>
1. – 2. takts		4 <i>ronds de jambe par terre en</i> <i>dehors</i>	labā roka 2. pozīcijā, skatiens <i>en face</i>
3. takts	1♩	<i>demi-plié</i> I pozīcijā	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī, skatiens seko rokai
	2♩	labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz priekšu	labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz delnu

Exercices pie stieņa

	3♩ – 4♩	saglabā <i>demi-plié</i> uz kreisās kājas, ar labo kāju izpilda <i>demi-rond de jambe par terre en dehors</i> uz sāniem	labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens seko rokai
4. takts	1♩ – 2♩	saglabā <i>demi-plié</i> uz kreisās kājas, ar labo kāju izpilda <i>demi-rond de jambe par terre en dehors</i> uz aizmuguri	labā roka 2. pozīcijā, skatiens uz labo roku
	3♩	izstiepjas uz pamatkājas	—//—
	4♩	<i>battement tendu passé par terre</i> uz priekšu	—//—
5. – 6. takts		4 <i>ronds de jambe par terre en dedans</i>	labā roka 2. pozīcijā, skatiens <i>en face</i>
7. takts	1♩	<i>demi-plié</i> I pozīcijā	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī, skatiens seko rokai
	2♩	labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz aizmuguri	labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz delnu
	3♩ – 4♩	saglabā <i>demi-plié</i> uz kreisās kājas, ar labo kāju izpilda <i>demi-rond de jambe par terre en dedans</i> līdz sāniem	labo roku caur nelielu <i>en dedans</i> atver 2. pozīcijā, skatiens uz roku
8. takts	1♩ – 2♩	saglabā <i>demi-plié</i> uz kreisās kājas, ar labo kāju izpilda <i>demi-rond de jambe par terre en dedans</i> uz priekšu	labā roka 2. pozīcijā, skatiens uz labo roku
	3♩	izstiepjas uz kreisās kājas	—//—
	4♩	<i>demi-rond de jambe par terre en dehors</i> ar labo kāju uz sāniem	—//—
<i>Port de bras</i>			

9. takts	1♩ – 2♩	<i>port de bras</i> uz sāniem pie stieņa ar nostieptu labo kāju <i>pointé tendue</i> sānos	labā roka 3. pozīcijā
	3♩ – 4♩	iztaisno muguru, labā kāja nostiepta sānos	—//—
10. takts	1♩ – 2♩	saglabā stāvokli	labo roku atver 2. pozīcijā
	3♩ – 4♩	<i>demi-rond de jambe par terre en dedans</i> uz priekšu	labā roka 2. pozīcijā
11. takts	1♩ – 2♩	<i>battement relevé lent</i> 90° ar labo kāju uz priekšu	—//—
	3♩ – 4♩	saglabā stāvokli	—//—
12. takts	1♩ – 2♩	labo kāju nolaiž <i>pointé tendue</i>	—//—
	3♩ – 4♩	<i>demi-rond de jambe par terre en dehors</i> līdz sāniem	—//—
13. takts	atkārto 9. takts darbību		
14. takts	1♩ – 2♩	saglabā stāvokli	labo roku atver 2. pozīcijā
	3♩ – 4♩	<i>demi-rond de jambe par terre en dehors</i> ar labo kāju uz aizmuguri	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī
15. takts	1♩ – 2♩	<i>battement relevé lent</i> 90° ar labo kāju uz aizmuguri	labo roku paceļ 1. pozīcijā pozā 2. <i>arabesque</i>
	3♩ – 4♩	saglabā pozu 2. <i>arabesque</i>	
16. takts	1♩ – 2♩	labo kāju nolaiž <i>pointé tendue</i>	labo roku atver 2. pozīcijā
	3♩ – 4♩	labo kāju aizver V pozīcijā aiz muguras	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī, galva pa labi

Exercices pie stieņa

Battement fondu

Muzikālais taktmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā, labā roka sagatavošanās stāvoklī, kreisā roka uz stieņa.



Préparation		
Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība
1 takts	1♩ – 2♩	labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
	3♩ – 4♩	labo kāju atver uz sāniem 45° labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens seko rokai
1.–2. takts		2 battements fondus ar labo kāju uz priekšu 45° labā roka 2. pozīcijā, skatiens uz roku
3. takts		battement fondu ar labo kāju uz sāniem 45° labā roka 2. pozīcijā, skatiens en face
4. takts	1♩	labo kāju nolaiž <i>pointé tendue</i> labo delnu pagriež <i>allongé</i>
	2♩	saglabā stāvokli labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī
	3♩	—//— labo roku paceļ 1. pozīcijā
	4♩	labo kāju paceļ uz sāniem 45° labo roku atver 2. pozīcijā
5. – 7. takts	atkārto 1. – 3. takts darbību uz aizmuguri, uz sāniem, labā roka 2. pozīcijā	
8. takts	1♩	labo kāju aizver V pozīcijā labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī
	2♩	<i>demi-plié</i> V pozīcijā saglabā stāvokli
	3♩	puspagrieziens V pozīcijā uz puspirkstiem pa kreisi rokas paceļ 1. pozīcijā
	4♩	nolaižas no puspirkstiem kreiso roku atver 2. pozīcijā, skatiens uz kreiso roku

9. – 10. takts		2 battements soutenus ar kreiso kāju uz priekšu 45° kreisā roka 2. pozīcijā, skatiens pa labi
11. takts		battement soutenu ar kreiso kāju uz sāniem 45° kreisā roka 2. pozīcijā, skatiens en face
12. takts	1♩ – 2♩	battement retiré ar labo kāju priekšā līdz 90° kreiso roku ar “paķērienu” aizver 1. pozīcijā, skatiens en face
	3♩ – 4♩	labo kāju nolaiž V pozīcijā priekšā kreiso roku atver 2. pozīcijā, skatiens seko rokai
13. – 15. takts	atkārto 9. – 11. takts darbību uz aizmuguri, uz sāniem	
16. takts	1♩ – 2♩	battement retiré ar labo kāju aiz muguras līdz 90° kreiso roku ar “paķērienu” aizver 1. pozīcijā, skatiens en face
	3♩	labo kāju nolaiž V pozīcijā aiz muguras kreiso roku atver 2. pozīcijā, skatiens seko rokai
	4♩	saglabā stāvokli kreiso roku pagriež <i>allongé</i> un aizver sagatavošanās stāvoklī, galva pa kreisi

Battement frappé

Muzikālais taktmērs 2/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā, labā roka sagatavošanās stāvoklī, kreisā roka uz stieņa.

Préparation		
Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība
1. takts	1♩ – 2♩	labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
2. takts	3♩ – 4♩	labo kāju atver uz sāniem 30° labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens seko rokai

Exercices pie stieņa

1. takts	1♩ – 2♩	<i>battement frappé</i> uz priekšu	labā roka 2. pozīcijā, skatiens uz sāniem
2. takts	1♩ – 2♩	pauze	
3. – 4. takts	atkārto 1. – 2. takts darbību uz priekšu		
5. – 6. takts		<i>battement double frappé</i> uz sāniem	labā roka 2. pozīcijā, skatiens <i>en face</i>
7. takts	1♩ – 2♩	labās kājas pēdu atliec	—//—
8. takts	1♩ – 2♩	labās kājas pēdu nostiepj	—//—
9. – 16. takts	atkārto 1. – 8. takts darbību uz aizmuguri, skatiens uz sāniem		
17. – 24. takts	atkārto 1. – 8. takts darbību uz sāniem, labā roka 2. pozīcijā, skatiens <i>en face</i>		
25. takts	1♩ – 2♩	labo kāju aizver V pozīcijā aiz muguras	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvokli
26. takts	1♩ – 2♩	pagriežas <i>épaulement croisé</i>	labā roka sagatavošanās stāvoklī, skatiens uz delnu
27. takts	1♩ – 2♩	kreiso kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz priekšu	labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz delnu
28. takts	1♩ – 2♩	saglabā stāvokli	labo roku paceļ 3. pozīcijā
29. – 30. takts	saglabā lielo pozu <i>croisé devant</i>		
31. takts	1♩	—//—	labo roku atver 2. pozīcijā
	2♩	—//—	delnu pagriež <i>allongé</i>
32. takts	1♩	kreiso kāju aizver V pozīcijā priekšā	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvokli
	2♩	pagriežas <i>en face</i>	galva pa labi



Petit battement sur le cou-de-pied

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā, labā roka sagatavošanās stāvoklī, kreisā roka uz stieņa.

Préparation			
Muzikālais sadalījums		Kāju darbība	Roku darbība
1. takts	1♩ – 2♩		labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
	3♩	labo kāju atver uz sāniem 30°	labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens seko rokai
	4♩	labo kāju saliec <i>sur le cou-de-pied dessus</i> (priekšā)	labā roka 2. pozīcijā
1. takts			
	1♩	<i>petit battement sur le cou-de-pied en dehors</i> ar akcentu priekšā	labā roka 2. pozīcijā, galva <i>en face</i>
	2♩	pauze	
	3♩	<i>petit battement sur le cou-de-pied en dehors</i> ar akcentu priekšā	—//—
	4♩	pauze	
2. takts	1♩ – 4♩	atkārto 1. takts darbību	
3. takts	1♩ – 4♩	4 <i>petits battements sur le cou-de-pied en dehors</i>	—//—
4. takts	1♩ – 2♩	2 <i>petits battements sur le cou-de-pied en dehors</i>	—//—
	3♩	pauze	labā roka 2. pozīcijā, galvu pagriež pa labi
	4♩	—//—	labā roka 2. pozīcijā, galva <i>en face</i>
5. – 7. takts	atkārto 1. – 3. takts darbību <i>en dedans</i>		

Exercices pie stieņa

8. takts	1♩ – 2♩	2 <i>petits battements sur le cou-de-pied en dedans</i>	labā roka II pozīcijā
	3♩	labo kāju atver uz sāniem	delnu pagriež <i>allongé</i>
	4♩	labo kāju aizver I pozīcijā	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī
9. takts	1♩ – 2♩	pieceļas uz puspirkstiem	labo roku paceļ 1. pozīcijā
	3♩ – 4♩	nolaižas no puspirkstiem	labā roka 1. pozīcijā
10. takts	1♩ – 2♩	pieceļas uz puspirkstiem	labo roku paceļ 3. pozīcijā
	3♩ – 4♩	nolaižas no puspirkstiem	labā roka 3. pozīcijā
11. takts	1♩ – 2♩	pieceļas uz puspirkstiem	labo roku atver 2. pozīcijā
	3♩ – 4♩	nolaižas no puspirkstiem	labā roka 2. pozīcijā
12. takts	1♩ – 2♩	saglabā stāvokli	labo delnu pagriež <i>allongé</i>
	3♩	—//—	labo roku aizver sagatavošanās stāvoklī
	4♩	—//—	galva pa labi

Rond de jambe en l'air

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā, labā roka sagatavošanās stāvoklī, kreisā roka uz stieņa.

Préparation

Muzikālais sadalījums		Kāju darbība	Roku darbība
1 takts	1♩ – 2♩		labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
	3♩ – 4♩	labo kāju atver uz sāniem 45°	labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens seko rokai un pēc tam pagriežas <i>en face</i>

1. takts	1♩ – 2♩	<i>rond de jambe en l'air en dehors</i>	labā roka 2. pozīcijā
	3♩ – 4♩	pauze	
2. – 3. takts		2 <i>ronds de jambe en l'air en dehors</i> ar pauzēm	—//—
4. takts	1♩ – 2♩	labo kāju nolaiž <i>pointé tendue</i>	—//—
	3♩ – 4♩	labo kāju paceļ 45°	—//—
5. – 7. takts	atkārto 1. – 3. takts darbību virzienā <i>en dedans</i>		
8. takts	1♩ – 2♩	labo kāju nolaiž <i>pointé tendue</i>	labo delnu pagriež <i>allongé</i>
	3♩ – 4♩	labo kāju aizver V pozīcijā priekšā	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī
9. takts	1♩ – 2♩	pagriežas <i>épaulement effacé</i>	skatiens uz labo delnu
	3♩ – 4♩	labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz sāniem	labo roku paceļ 3. pozīcijā lielajā pozā <i>ecarté derrière</i>
10. takts	1♩ – 2♩	saglabā lielo pozu <i>ecarté derrière</i>	
	3♩ – 4♩	labo kāju aizver V pozīcijā aiz muguras	labā roka 3. pozīcijā, galvu pagriež pa labi
11. takts	1♩ – 2♩	kreiso kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz priekšu	saglabā lielo pozu <i>croisé devant</i>
	3♩ – 4♩	saglabā lielo pozu <i>croisé devant</i>	
12. takts	1♩ – 2♩	—//—	labo roku nolaiž 2. pozīcijā, skatiens seko rokai, delnu pagriež <i>allongé</i>
	3♩	kreiso kāju aizver V pozīcijā priekšā	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī
	4♩	pagriežas <i>en face</i>	labā roka sagatavošanās stāvoklī, skatiens pa labi

Exercices pie stieņa



Adagio

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā, labā roka sagatavošanās stāvoklī, kreisā roka uz stieņa.

Préparation

Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība
1 takts	1♩ – 2♩	labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
	3♩ – 4♩	labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens seko rokai
1. takts	1♩ – 4♩	<i>battement relevé lent</i> ar labo kāju uz priekšu 90°
2. takts	1♩ – 2♩	saglabā stāvokli
	3♩	labo kāju nolaiž <i>pointé tendue</i>
	4♩	labo kāju aizver V pozīcijā
3. – 4. takts	atkārto 1. – 2. takts darbību uz sāniem, labā roka 2. pozīcijā, skatiens <i>en face</i>	
5. – 6. takts	atkārto 1. – 2. takts darbību uz aizmuguri, labā roka 2. pozīcijā, skatiens pa labi	
7. takts	1♩	<i>demi-plié</i> V pozīcijā
	2♩	labo roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī
	2♩	<i>relevé</i> uz puspirkstiem
	2♩	rokas paceļ 3. pozīcijā
	3♩ – 4♩	<i>pas de bourrée suivi</i> V pozīcijā uz vietas, vienlaikus griežas pa labi no stieņa
8. takts	1♩ – 2♩	rokas 3. pozīcijā
	1♩ – 2♩	turpina <i>pas de bourrée suivi</i> V pozīcijā līdz pagriežas pusapli

	3♩	V pozīcija uz puspirkstiem, labā kāja priekšā	kreiso roku atver 2. pozīcijā, delnu pagriež <i>allongé</i>
	4♩	nolaižas no puspirkstiem V pozīcijā	kreiso roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī

atkārto kombināciju ar kreiso kāju



Grand battement jeté

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā, labā roka sagatavošanās stāvoklī, kreisā roka uz stieņa.

Préparation

Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība
1 takts	1♩ – 2♩	labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
	3♩ – 4♩	labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens seko rokai
1. takts	1♩ – 2♩	<i>grand battement jeté</i> uz priekšu
	3♩ – 4♩	labā roka 2. pozīcijā, skatiens pa labi
2. takts	pauze	
2. takts	atkārto 1. takts darbību	
3. takts	1♩ – 4♩	2 <i>grands battements jetés</i> uz sāniem bez pauzēm (1. aizver V pozīcijā priekšā, 2. aizver V pozīcijā aiz muguras)
		labā roka 2. pozīcijā, skatiens <i>en face</i>
4. takts	1♩ – 4♩	V pozīcija
		labo roku no 2. pozīcijas nolaiž sagatavošanās stāvoklī un caur 1. pozīciju atver 2. pozīcijā

Exercices pie stieņa

5. – 8. takts	atkārto 1. – 4. takts darbību uz aizmuguri, labā roka 2. pozīcijā, skatiens saskaņā ar virzienu	
9. takts	2 <i>grands battements jetés</i> uz priekšu	labā roka 2. pozīcijā, skatiens pa labi
10. takts	2 <i>grands battements jetés</i> uz sāniem bez pauzēm	labā roka 2. pozīcijā, skatiens <i>en face</i>
11. takts	2 <i>grands battements jetés</i> uz aizmuguri	labā roka 2. pozīcijā, skatiens pa labi
12. takts	1♩ <i>relevé</i> uz puspirkstiem	labā roka 2. pozīcijā
	2♩ puspagrieziens pa labi no stieņa	kreisā roka 2. pozīcijā
	3♩ nolaižas V pozīcijā no puspirkstiem, labā kāja priekšā	—//—
	4♩ pauze	
13. – 24. takts	atkārto kombināciju ar kreiso kāju uz aizmuguri	

Exercices zāles vidū



Adagio zāles vidū

Muzikālais taktsmērs 4/4

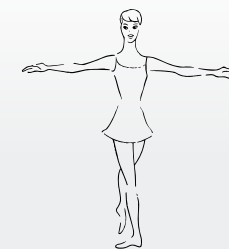
Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā *épaulement croisé*, rokas sagatavošanās stāvoklī, galva pa labi.

Préparation

Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība
1 takts	1♩ – 2♩	V pozīcija, labā kāja priekšā <i>épaulement croisé</i>
	3♩	pagriežas <i>en face</i>
	4♩	saglabā stāvokli
		—//—
1. takts	1♩ – 2♩	labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz priekšu
	3♩ – 4♩	<i>battement relevé lent</i> uz priekšu 90°
2. takts	1♩ – 2♩	saglabā stāvokli
	3♩	labo kāju nedaudz paaugstina ar pirkstgalu
	4♩	labo kāju nolaiž un aizver V pozīcijā
		rokas no 2. pozīcijas nolaiž sagatavošanās stāvoklī
3. – 4. takts	atkārto <i>battement relevé lent</i> uz sāniem	
5. – 6. takts	atkārto <i>battement relevé lent</i> uz aizmuguri	
7. takts	1♩	pagriežas pa kreisi uz punktu 7
	2♩	<i>demi-plié</i> uz labās kājas, kreiso kāju caur <i>sur le cou-de-pied dessus</i> (priekšā) atver uz priekšu <i>pointé tendue</i>
		rokas paceļ 1. pozīcijā
		rokas 1. pozīcijā, skatiens uz delnām

Exercices zāles vidū

	3♩	pāriet uz kreiso kāju uz priekšu, labo kāju nostiepj aiz muguras	kreiso delnu pagriež 1. pozīcijā <i>allongé</i> , labo roku atver 2. pozīcijā, delnu pagriež <i>allongé</i> un izveido pozu 1. <i>arabesque</i> , skatiens pāri kreisajai rokai
	4♩	saglabā pozu 1. <i>arabesque</i>	
8. takts	1♩ – 2♩	—//—	
	3♩	—//—	rokās “ieelpa”, tās nedaudz it kā pagarinās stāvoklī <i>allongé</i>
	4♩	labo kāju aizver V pozīcijā aiz muguras	rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī, galvu pagriež pa labi
	♩	pagriežas V pozīcijā <i>en face</i>	rokas sagatavošanās stāvoklī, skatiens seko rokām
9. – 14. takts	atkārto kombināciju ar kreiso kāju, <i>battement relevé lent</i> vietā izpildot <i>battement développé</i> uz priekšu, uz sāniem, uz aizmuguri		
15. takts	1♩	pagriežas pa labi uz punktu 3	rokas paceļ 1. pozīcijā
	2♩	<i>demi-plié</i> uz kreisās kājas, labo kāju caur <i>sur le cou-de-pied dessus</i> (priekšā) atver uz priekšu <i>pointé tendue</i>	rokas 1. pozīcijā, skatiens uz delnām
	3♩	pāriet uz labo kāju uz priekšu, kreiso kāju nostiepj aiz muguras	kreiso delnu pagriež 1. pozīcijā <i>allongé</i> , labo roku atver 2. pozīcijā, delnu pagriež <i>allongé</i> pozā 2. <i>arabesque</i> , galva pa kreisi
	4♩	saglabā pozu 2. <i>arabesque</i>	
16. takts	1♩ – 2♩	—//—	
	3♩	—//—	rokās “ieelpa”, tās nedaudz it kā pagarinās stāvoklī <i>allongé</i>
	4♩	kreiso kāju aizver V pozīcijā priekšā	rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī, galva pa kreisi
	♩	pagriežas <i>épaulement croisé</i>	



Battement tendu

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā *épaulement croisé*.

Préparation			
Muzikālais sadalījums		Kāju darbība	Roku darbība
1. takts	1♩ – 2♩	V pozīcija, labā kāja priekšā <i>épaulement croisé</i>	rokas paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
	3♩ – 4♩	pagriežas <i>en face</i>	rokas atver 2. pozīcijā, skatiens seko labajai rokai un pēc tam pagriežas <i>en face</i>
1. takts	1♩ – 2♩	<i>battement tendu</i> ar labo kāju uz priekšu	rokas 2. pozīcijā
	3♩ – 4♩	pauze V pozīcijā	—//—
2. takts	1♩ – 4♩	atkārto 1. takts darbību	
3. takts	1♩ – 4♩	2 <i>battements tendus</i> uz priekšu bez pauzēm	—//—
4. takts	1♩	labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz priekšu	—//—
	2♩	<i>passé par terre</i> caur I pozīciju	—//—
	3♩	labo kāju atver aiz muguras	—//—
	4♩	labo kāju aizver V pozīcijā	—//—
5. – 8. takts	atkārto 1. – 4. takts darbību ar kreiso kāju		
9. takts	1♩ – 4♩	2 <i>battements tendus</i> uz priekšu	—//—
10. takts	1♩ – 4♩	2 <i>battements tendus</i> uz sāniem	—//—
11. takts	1♩ – 4♩	2 <i>battements tendus</i> uz aizmuguri	—//—

Exercices zāles vidū

12. takts	1♩ – 4♩	2 <i>battements tendus</i> uz sāniem	—//—
13. – 16. takts	atkārto 9. – 12. takts darbību ar kreiso kāju uz priekšu, uz sāniem uz aizmuguri, uz sāniem; ar pēdējo <i>battement tendu</i> rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī, galva pa kreisi		
17. takts	1♩ – 2♩	pagriežas <i>épaulement effacé</i> pret punktu 2	rokas sagatavošanas stāvoklī, galva pa kreisi
	3♩ – 4♩	pauze	
18. takts	1♩ – 2♩	—//—	rokas paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz kreiso roku
	3♩ – 4♩	labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz priekšu	kreiso roku paceļ 3. pozīcijā, labo roku atver 2. pozīcijā lielajā pozā <i>effacé devant</i>
19. takts	1♩ – 4♩	saglabā lielo pozu <i>effacé devant</i>	
20. takts	1♩ – 2♩	—//—	kreiso roku no 3. pozīcijas nolaiž 2. pozīcijā, delnas pagriež <i>allongé</i> , skatiens uz kreiso roku
	3♩	labo kāju aizver V pozīcijā priekšā	rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī
	4♩	pauze	
21. takts	1♩ – 2♩	—//—	rokas paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz kreiso roku
	3♩ – 4♩	kreiso kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz aizmuguri	kreiso roku paceļ 3. pozīcijā, labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens uz kreiso roku lielajā pozā <i>effacé derrière</i>
22. takts	1♩ – 4♩	saglabā lielo pozu <i>effacé derrière</i>	
23. takts	1♩ – 4♩	—//—	

24. takts	1♩ – 2♩	—//—	kreiso roku no 3. pozīcijas nolaiž 2. pozīcijā un pagriež delnas <i>allongé</i> , skatiens uz kreiso roku
	3♩	kreiso kāju aizver V pozīcijā priekšā	rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī
	4♩	pauze	
			skatiens pa kreisi

Battement tendu jeté

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā *épaulement croisé*.

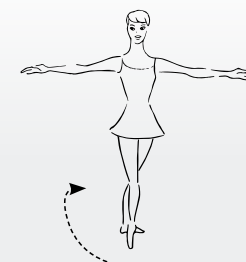


Préparation

Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība
1 takts	1♩ – 2♩	V pozīcija, labā kāja priekšā <i>épaulement croisé</i>
	3♩ – 4♩	pagriežas <i>en face</i>
		rokas paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
		rokas atver 2. pozīcijā, skatiens seko labajai rokai un pēc tam pagriežas <i>en face</i>
1. takts	1♩ – 2♩	<i>battement tendu jeté</i> ar labo kāju uz priekšu
	3♩ – 4♩	pauze
2. takts	1♩ – 4♩	atkārto 1. takts darbību
3. – 4. takts		2 <i>battements tendus jetés</i> uz priekšu ar <i>piqué</i>
		rokas 2. pozīcijā, skatiens pa labi

Exercices zāles vidū

5. – 8. takts	atkārto 1. – 4. takts darbību uz sāniem, rokas 2. pozīcijā, skatiens <i>en face</i>		
9. – 12. takts	atkārto 1. – 4. takts darbību uz aizmuguri, rokas 2. pozīcijā, skatiens pa labi		
13. takts	1♩ – 2♩	V pozīcijā pagriežas <i>épaulement croisé</i> pret punktu 2	rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī, galva pa labi
	3♩ – 4♩	pauze	
14. takts	1♩ – 2♩	—//—	rokas paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo roku
	3♩ – 4♩	labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz aizmuguri	labo roku 1. pozīcijā pagriež <i>allongé</i> , kreiso roku atver 2. pozīcijā un pagriež <i>allongé</i> pozā 3. <i>arabesque</i>
15. takts	1♩ – 4♩	saglabā pozu 3. <i>arabesque</i>	
16. takts	1♩ – 2♩	—//—	rokās “ieelpa”, tās nedaudz it kā pagarinās stāvoklī <i>allonge</i>
	3♩	aizver labo kāju V pozīcijā aiz muguras	rokas aizver sagatavošanās stāvoklī, galva pa kreisi
	4♩	pauze	
			skatiens pa kreisi



Rond de jambe par terre

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: I pozīcija *en face*, rokas sagatavošanās stāvoklī.

Préparation

Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība
1 takts	1♩	<i>demi-plié</i> I pozīcijā
		rokas paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
	2♩	padziļina <i>demi-plié</i> , labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz priekšu
		rokas 1. pozīcijā
	3♩	iztaisnojoties no <i>demi-plié</i> uz kreisās kājas, ar labo kāju <i>demi-rond de jambe par terre en dehors</i> līdz sāniem
		rokas atver 2. pozīcijā
	4♩	ar labo kāju izpilda <i>demi-rond de jambe par terre en dehors</i> uz aizmuguri
		rokas 2. pozīcijā
1. – 2. takts		4 <i>ronds de jambe par terre en dehors</i>
		—//—
3. takts	1♩	<i>demi-plié</i> I pozīcijā
		rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī
	2♩	saglabājot <i>demi-plié</i> uz kreisās kājas, labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz priekšu
		rokas paceļ 1. pozīcijā
	3♩ – 4♩	saglabājot <i>demi-plié</i> , ar labo kāju izpilda <i>demi-rond de jambe par terre en dehors</i> līdz sāniem
		rokas atver 2. pozīcijā
4. takts	1♩ – 2♩	pāriet uz labo kāju
		rokas 2. pozīcijā
	3♩ – 4♩	ar kreiso kāju izpilda <i>demi-rond de jambe par terre en dedans</i> uz priekšu
		—//—

Exercices zāles vidū

5. – 6. takts	atkārto 1. – 4. takts darbību ar kreiso kāju <i>en dedans</i>		
7. takts	1♩	<i>demi-plié</i> I pozīcijā	rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī
	2♩	saglabājot <i>demi-plié</i> uz labās kājas, kreiso kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz aizmuguri	rokas paceļ 1. pozīcijā
	3♩ – 4♩	saglabājot <i>demi-plié</i> , ar kreiso kāju <i>demi-rond de jambe par terre en dedans</i> līdz sāniem	rokas atver 2. pozīcijā caur nelielu <i>en dedans</i>
8. takts	1♩ – 2♩	pāriet uz kreiso kāju	rokas 2. pozīcijā
	3♩ – 4♩	ar labo kāju izpilda <i>demi-rond de jambe par terre en dedans</i> uz priekšu	—//—
9. takts	1♩ – 2♩	labo kāju aizver V pozīcijā	rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī
	3♩ – 4♩	pagriežas <i>épaulement effacé</i> pret punktu 8	saglabā stāvokli
10. takts	1♩ – 2♩	—//—	rokas paceļ 1. pozīcijā
	3♩ – 4♩	kreiso kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz sāniem pret punktu 6	kreiso roku paceļ 3. pozīcijā, labo roku atver 2. pozīcijā lielajā pozā <i>écarté derrière</i>
11. takts	1♩ – 4♩	saglabā lielo pozu <i>écarté derrière</i>	
12. takts	1♩ – 2♩	—//—	kreiso roku nolaiž 2. pozīcijā, delnas pagriež <i>allongé</i> , skatiens uz labo roku
	3♩	kreiso kāju aizver V pozīcijā aiz muguras	abas rokas aizver sagatavošanās stāvoklī, skatiens pa labi
	4♩	pauze	

Battement fondu

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā *épaulement croisé*, rokas sagatavošanās stāvoklī.

Préparation

Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība	
1 takts	1♩	V pozīcija, labā kāja priekšā <i>épaulement croisé</i>	rokas paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
	2♩	pagriežas <i>en face</i>	rokas atver 2. pozīcijā, skatiens <i>en face</i>
	3♩ – 4♩	labo kāju atver uz sāniem 45°	saglabā stāvokli
1. takts	1♩ – 2♩	<i>demi-plié</i> uz kreisās kājas, labā kāja <i>sur le cou-de-pied dessus</i> (priekšā)	rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī un ceļ uz 1. pozīciju
	3♩ – 4♩	labo kāju atver uz priekšu 45°	rokas atver 2. pozīcijā, galva <i>en face</i>
2. takts	1♩ – 4♩	atkārto <i>battement fondu</i> uz priekšu	rokas 2. pozīcijā
3. – 4. takts		2 <i>battements fondus</i> uz sāniem	pirmais <i>battement fondu</i> ar roku kustību, otrais – bez
5. – 6. takts		2 <i>battements fondus</i> uz aizmuguri	pirmais <i>battement fondu</i> ar roku kustību, otrais – bez
7. takts		izpilda <i>battement fondu</i> uz sāniem	ar roku kustību
8. takts	1♩	labo kāju nolaiž <i>pointé tendue</i>	delnas pagriež <i>allongé</i>
	2♩	labo kāju aizver V pozīcijā priekšā	rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī

Exercices zāles vidū

	♪	pagriežas <i>épaulement croisé</i> pret punktu 8	rokas sagatavošanās stāvoklī
	3♪	V pozīcija, labā kāja priekšā <i>épaulement croisé</i>	rokas paceļ 1. pozīcijā
	4♪	—//—	kreiso roku paceļ 3. pozīcijā, labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens pa labi
2. port de bras			
9. takts	1♪ – 2♪	V pozīcija, labā kāja priekšā <i>épaulement croisé</i>	kreiso roku nolaiž 2. pozīcijā, skatiens pavada kreiso roku, labo roku ceļ uz 3. pozīciju
	3♪ – 4♪	—//—	labā roka 3. pozīcijā, kreiso roku nolaiž sagatavošanās stāvoklī, skatiens pa labi
10. takts	1♪ – 2♪	—//—	labo roku nolaiž 1. pozīcijā un kreiso roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
	3♪ – 4♪	—//—	kreiso roku paceļ 3. pozīcijā, labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens pa labi
11. – 12. takts	atkārto 2. port de bras		

Battement frappé

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā *épaulement croisé*.

Préparation

Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība		
1 takts	1♪	V pozīcija, labā kāja priekšā <i>épaulement croisé</i>	rokas paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu	
	2♪	pagriežas <i>en face</i>	rokas atver 2. pozīcijā, skatiens <i>en face</i>	
	3♪ – 4♪	labo kāju atver uz sāniem 30°	—//—	
1. – 2. takts			2 <i>battements frappés</i> uz priekšu	rokas 2. pozīcijā
3. – 4. takts			<i>battement double frappé</i> uz aizmuguri	—//—
5. – 8. takts			atkārto 1. – 4. takts darbību uz aizmuguri	
9. – 10. takts			2 <i>battements frappés</i> uz sāniem	—//—
11. – 12. takts			2 <i>battements doubles frappés</i> uz sāniem	—//—
1/8		<i>demi-plié</i> uz kreisās kājas, labo kāju saliec <i>sur le cou-de-pied dessous</i> (aizmugurē)	kreiso roku aizver 1. pozīcijā, labā roka paliek 2. pozīcijā	
13. – 15. takts		<i>pas de bourré simple en dehors</i> ar labo kāju, ar kreiso kāju, pabeidz ar <i>demi-plié</i> V pozīcijā, kreisā kāja priekšā	rokas 1. pozīcijā	
16. takts	1♪	izstiepjas no <i>demi-plié</i>	rokas atver 2. pozīcijā	
	2♪	kreiso kāju atver uz sāniem	rokas 2. pozīcijā	
17. – 32. takts	atkārto kombināciju ar kreiso kāju			

Exercices zāles vidū



Petit battement sur le cou-de-pied

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā *épaulement croisé*.

Préparation			
Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība	
1 takts	1♩ – 2♩	<i>épaulement croisé</i>	rokas paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
	3♩	pagriežas <i>en face</i> , labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz sāniem	rokas atver 2. pozīcijā, skatiens <i>en face</i>
	4♩	labo kāju saliec <i>sur le cou-de-pied dessus</i> (priekšā)	rokas 2. pozīcijā
	♩	<i>sur le cou-de-pied dessous</i> (aizmugurē)	—//—
1. – 3. takts		6 <i>petits battements en dehors</i>	—//—
4. takts	1♩ – 2♩	labo kāju atver uz sāniem	—//—
	3♩ – 4♩	<i>demi-plié</i> ar kreiso kāju, labo kāju saliec <i>sur le cou-de-pied dessous</i> (aizmugurē)	kreiso roku aizver 1. pozīcijā
5. – 7. takts		3 <i>pas de bourrés simples en dehors</i>	rokas 1. pozīcijā (rokas pēc <i>pas de bourré</i> likuma)
8. takts	1♩ – 2♩	kreiso kāju atver uz sāniem	delnas atver 2. pozīcijā, pagriež <i>allongé</i> , skatiens pāri kreisās rokas delnai
	3♩ – 4♩	kreiso kāju aizver V pozīcijā	rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī
vai arī			
	3♩ – 4♩	kreiso kāju saliec <i>sur le cou-de-pied dessous</i> (aizmugurē) un atkārtu kombināciju ar kreiso kāju <i>en dedans</i>	

Grand battement jeté

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā *épaulement croisé*.

Préparation			
Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība	
1 takts	1♩ – 2♩	<i>épaulement croisé</i>	labo roku paceļ 1. pozīcijā, skatiens uz labo delnu
	3♩ – 4♩	pagriežas <i>en face</i>	rokas atver 2. pozīcijā, skatiens seko labajai rokai un pēc tam pagriežas <i>en face</i>
1. takts	1♩ – 2♩	<i>grand battement jeté</i> uz priekšu	rokas 2. pozīcijā
	3♩ – 4♩	pauze	
2. takts	atkārto 1. takts darbību		
3. takts	1♩ – 4♩	2 <i>grands battements jetés</i>	rokas 2. pozīcijā
4. takts	1♩ – 4♩	pauze rokas no 2. pozīcijas nolaiž sagatavošanās stāvoklī un caur 1. pozīciju atver 2. pozīcijā	
5. – 8. takts	atkārto 1. – 4. takts darbību uz sāniem		
9. – 12. takts	atkārto 1. – 4. takts darbību uz aizmuguri		
13. – 14. takts		2 <i>grands battements jetés</i> uz sāniem	rokas 2. pozīcijā
15. takts	1♩ – 2♩	<i>demi-plié</i>	—//—
	3♩	<i>relevé</i> uz puspirkstiem V pozīcijā	rokas aizver 1. pozīcijā, skatiens <i>en face</i>
	4♩	pauze	
16. takts	1♩ – 2♩	pauze rokas 1. pozīcijā	
	3♩	nolaižas no puspirkstiem V pozīcijā uz <i>demi-plié</i>	rokas atver 2. pozīcijā
	4♩	izstiepjas	rokas aizver sagatavošanās stāvoklī

Allegro

Temps levé sauté

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: I pozīcija *en face*,
rokas sagatavošanās stāvoklī.



Préparation

Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība
1 takts	1♩ – 2♩	I pozīcija <i>en face</i> rokas sagatavošanās stāvoklī
1. takts	1♩	<i>demi-plié</i> I pozīcijā —//—
	♩	<i>pas sauté</i> —//—
	2♩	<i>demi-plié</i> —//—
	3♩	izstiepjas —//—
	4♩	pauze
2. takts	atkārto 1. takts darbību	
3. takts	1♩ – 2♩	2 <i>pas sautés</i> pēc kārtas —//—
	3♩ – 4♩	izstiepjas no <i>demi-plié</i> —//—
4. takts	1♩ – 2♩	labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz sāniem —//—
	3♩ – 4♩	labo pēdu noliek II pozīcijā —//—
5. – 7. takts	atkārto kombināciju II pozīcijā, rokas sagatavošanās stāvoklī	
8. takts	1♩ – 2♩	labo kāju nostiepj <i>pointé tendue</i> —//—
	3♩ – 4♩	labo kāju aizver V pozīcijā priekšā —//—
9. – 11. takts	atkārto kombināciju V pozīcijā ar labo kāju priekšā	
12. takts	1♩ – 2♩	labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz sāniem —//—

	3♩ – 4♩	labo kāju aizver V pozīcijā aiz muguras —//—
13. – 15. takts	atkārto kombināciju V pozīcijā ar kreiso kāju priekšā	
16. takts	pauze	



Pas échappé

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija *en face*,
rokas sagatavošanās stāvoklī.

Préparation

Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība
1 takts		V pozīcija <i>en face</i> rokas sagatavošanās stāvoklī
1. takts	1♩	<i>demi-plié</i> V pozīcijā rokas sagatavošanās stāvoklī
	♩ – 2♩	<i>pas échappé</i> uz II pozīciju rokas caur pazeminātu 1. pozīciju atver pazeminātā 2. pozīcijā
	♩ – 3♩	<i>pas échappé</i> uz V pozīciju rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī
	4♩	izstiepjas no <i>demi-plié</i> saglabā stāvokli
2. – 3. takts	atkārto 1. takts darbību	
4. takts	1♩ – 3♩	pauze
	4♩	<i>demi-plié</i> V pozīcijā ar kreiso kāju priekšā rokas sagatavošanās stāvoklī

Allegro

5. takts	1♩	<i>double pas échappé</i> II pozīcijā	rokas caur pazeminātu
	2♩		1. pozīciju atver pazeminātā 2. pozīcijā
	3♩	<i>demi-plié</i> V pozīcijā	rokas aizver sagatavošanās stāvoklī
	♩	izstiepas no <i>demi-plié</i>	rokas sagatavošanās stāvoklī
	4♩	<i>demi-plié</i> V pozīcijā	—//—
6. takts	1♩ – 4♩	atkārto 5. takts darbību	
7. takts	1♩ – 3♩	—//—	
	4♩	pauze	
8. takts	1♩	<i>demi-plié</i> V pozīcijā	rokas sagatavošanās stāvoklī
	2♩	<i>petit changement de pieds</i>	—//—
	3♩	iztiepas	—//—
	4♩	pauze	—//—

Pas assemblé

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, kreisā kāja priekšā *en face*,
rokas sagatavošanās stāvoklī, galva pa kreisi.

Préparation			
Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība	
1 takts	1♩ – 2♩	V pozīcija <i>en face</i>	rokas sagatavošanās stāvoklī, galva pa kreisi
1. takts	1♩	<i>demi-plié</i> V pozīcijā, vienlaicīgi labo kāju atver uz sāniem	rokas sagatavošanās stāvoklī

	♩	<i>pas assemblé</i> uz sāniem	—//—
	2♩	<i>demi-plié</i> V pozīcijā, labā kāja priekšā	galvu pagriež pa labi
	3♩	iztiepas	rokas sagatavošanās stāvoklī
	4♩	pauze	
2. takts	1♩ – 4♩	atkārto 1. takts darbību ar kreiso kāju, galvu pagriež pa kreisi	
3. takts	1♩ – 3♩	atkārto 1. takts darbību ar labo kāju, galvu pagriež pa labi	
	4♩	<i>demi-plié</i>	rokas sagatavošanās stāvoklī, galva pa labi
4. takts	1♩	<i>pas glissade</i> uz sāniem ar kreiso kāju	—//—
	2♩	<i>pas assemblé</i> uz sāniem ar kreiso kāju	rokas sagatavošanās stāvoklī, galva pa kreisi
	3♩	<i>petit changement de pieds</i>	rokas sagatavošanās stāvoklī, galva pa labi
	4♩	izstiepas V pozīcijā, labā kāja priekšā	—//—
5. – 8. takts	atkārto kombināciju ar kreiso kāju		

Pas jeté

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, kreisā kāja priekšā *en face*,
rokas sagatavošanās stāvoklī.

Préparation			
Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība	
1 takts	1♩ – 2♩	V pozīcija, kreisā kāja priekšā <i>en face</i>	rokas sagatavošanās stāvoklī

Allegro

1. takts	1♩	<i>demi-plié</i> , vienlaicīgi labo kāju atver uz sāniem 45°	rokas atver pazeminātā 2. pozīcijā, delnas <i>allongé</i>
	♪	<i>pas jeté</i>	rokas pazeminātā 2. pozīcijā
	2♩	<i>demi-plié</i> uz labās kājas, kreisā <i>sur le cou-de-pied dessous</i> (aizmugurē)	labā roka 1. pozīcijā, kreisā roka 2. pozīcijā, galva pa labi
	3♩	kreiso kāju nostiepj aiz muguras	rokas atver pazeminātā 2. pozīcijā
	4♩	kreiso kāju aizver V pozīcijā aiz muguras	rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī
2. takts	1♩ – 4♩	atkārto 1. takts darbību ar kreiso kāju, rokas darbojas saskaņā ar kreiso kāju	
3. takts	1♩ – 2♩	<i>pas jeté</i> uz sāniem ar labo kāju, pabeidz ar <i>demi-plié</i> uz labās kājas, kreisā kāja <i>sur le cou-de-pied dessous</i> (aizmugurē)	labā roka 1. pozīcijā, kreisā roka 2. pozīcijā, galva pa labi
	3♩	<i>pas de bourré simple</i> ar kreiso kāju <i>en dehors</i>	rokas 1. pozīcijā
	4♩	<i>demi-plié</i> uz kreisās kājas, labā kāja <i>sur le cou-de-pied dessous</i> (aizmugurē)	kreisā roka 1. pozīcijā, labā roka 2. pozīcijā, galva pa kreisi
4. takts	1♩	<i>pas de bourré simple</i> ar labo kāju <i>en dehors</i>	rokas 1. pozīcijā
	2♩	pabeidz <i>pas de bourré simple</i> V pozīcijā uz <i>demi-plié</i> , labā kāja priekšā	rokas pazeminātā 2. pozīcijā, galva pa labi
	3♩	iztiepjas V pozīcijā	rokas aizver sagatavošanās stāvoklī
	4♩	pauze	
5. – 8. takts	atkārto kombināciju ar kreiso kāju		

Sissonne simple

Muzikālais taktsmērs 2/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā *épaulement croisé*, rokas sagatavošanās stāvoklī.

Préparation			
Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība	
1 takts	1♩ – 2♩	V pozīcija, labā kāja priekšā <i>épaulement croisé</i>	rokas sagatavošanās stāvoklī
1. takts	1♩	<i>demi-plié</i>	—//—
	♪	<i>sissonne simple</i>	rokas 1. pozīcijā
	2♩	<i>demi-plié</i> uz kreisās kājas, labā kāja <i>sur le cou-de-pied dessus</i> (priekšā)	kreisā roka 1. pozīcijā, labā roka 2. pozīcijā, galva pa labi
	3♩	labo kāju noliek V pozīcijā, padziļinot <i>demi-plié</i>	kreiso roku atver 2. pozīcijā
	4♩	izstiepjas V pozīcijā	rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī
2. takts	1♩ – 4♩	atkārto 1. takts darbību, bet <i>sur le cou-de-pied</i> izpilda <i>dessous</i> (aizmugurē), labā roka 1. pozīcijā, kreisā roka 2. pozīcijā	
3. takts	1♩ – 2♩	<i>sissonne simple</i> ar nobeigumu <i>demi-plié</i> uz kreisās kājas, labā kāja <i>sur le cou-de-pied dessus</i> (priekšā)	kreisā roka 1. pozīcijā, labā roka 2. pozīcijā, galva pa labi
	3♩ – 4♩	pauze	
4. takts	1♩ – 2♩	<i>pas de bourrée simple en dedans</i>	rokas 1. pozīcijā
	3♩	pabeidz <i>pas de bourrée</i> ar <i>demi-plié</i> V pozīcijā, kreisā kāja priekšā	rokas atver 2. pozīcijā
	4♩	iztiepjas no <i>demi-plié</i>	rokas sagatavošanās pozīcijā
5. – 8. takts	atkārto kombināciju ar kreiso kāju		

Allegro

Changement de pieds

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā *épaulement croisé*, rokas sagatavošanās stāvoklī.

Kombinācijā *demi-plié* ir uz iepriekšējās takts pēdējo 1/4.

Préparation			
Muzikālais sadalījums		Kāju darbība	Roku darbība
1 takts	1♩	V pozīcija, labā kāja priekšā <i>épaulement croisé</i>	rokas sagatavošanās stāvoklī
	2♩	<i>demi-plié</i>	
1. takts	1♩ – 2♩	2 <i>changements de pieds</i>	rokas sagatavošanās stāvoklī
	3♩	izstiepjās	—//—
	4♩	<i>demi-plié</i>	—//—
2. takts	atkārto 1. takts darbību		
3. takts	1♩ – 4♩	4 <i>changements de pieds</i> pēc kārtas bez pauzēm	—//—
4. takts	1♩ – 2♩	iztiepjās	—//—
	3♩	pauze	—//—
	4♩	<i>demi-plié</i>	—//—
5. – 8. takts	atkārto kombināciju ar kreiso kāju priekšā		

Tramplīnlēcieni

Muzikālais taktsmērs 2/4

Sākuma stāvoklis: brīva I pozīcija

Préparation			
Muzikālais sadalījums		Kāju darbība	Roku darbība
1 takts	1♩	brīva I pozīcija	rokas sagatavošanās stāvoklī
	2♩	<i>demi-plié</i>	
1. – 16. takts	32 tramplīnlēcieni, rokas sagatavošanās stāvoklī		

En pointe



Relevé

Muzikālais taktmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: I pozīcija *en face*,
rokas sagatavošanās stāvoklī.

Préparation			
Muzikālais sadalījums		Kāju darbība	Roku darbība
1 takts	1♩	I pozīcija <i>en face</i>	rokas sagatavošanās stāvoklī
	2♩	<i>demi-plié</i>	—//—
1. takts	1♩	<i>relevé</i> I pozīcijā	—//—
	2♩	<i>demi-plié</i>	—//—
	3♩	izstieptas I pozīcijā	—//—
	4♩	<i>demi-plié</i> I pozīcijā	—//—
2. takts	1♩ – 4♩	atkārto 1. takts darbību I pozīcijā	
3. takts	1♩	<i>relevé</i> I pozīcijā	—//—
	2♩	<i>demi-plié</i>	—//—
	3♩	<i>relevé</i> I pozīcijā	—//—
	4♩	<i>demi-plié</i>	—//—
4. takts	1♩	izstieptas I pozīcijā	—//—
	2♩	labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz sāniem	—//—
	3♩	labo kāju noliek II pozīcijā	—//—
	4♩	<i>demi-plié</i>	—//—
5. – 7. takts	atkārto kombināciju II pozīcijā		
8. takts	1♩	izstieptas I pozīcijā	rokas sagatavošanās stāvoklī
	2♩	labo kāju nostiepj <i>pointé tendue</i> sānos	—//—

	3♩	labo kāju ar <i>battement tendu</i> aizver V pozīcijā priekšā	—//—
	4♩	<i>demi-plié</i>	—//—
9. – 11. takts	atkārto kombināciju V pozīcijā ar labo kāju priekšā		
12. takts	1♩	izstieptas V pozīcijā	rokas sagatavošanās stāvoklī
	2♩	kreiso kāju nostiepj <i>pointé tendue</i> sānos	—//—
	3♩	kreiso kāju ar <i>battement tendu</i> aizver V pozīcijā priekšā	—//—
	4♩	<i>demi-plié</i>	—//—
13. – 15. takts	atkārto kombināciju V pozīcijā ar kreiso kāju priekšā		
16. takts	1♩	izstieptas I pozīcijā	rokas sagatavošanās stāvoklī
	2♩ – 4♩	pauze	—//—

En pointe

Échappé

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā *épaulement croisé*, rokas sagatavošanās stāvoklī.

<i>Préparation</i>			
Muzikālais sadalījums		Kāju darbība	Roku darbība
1 takts	1♩	V pozīcija, labā kāja priekšā <i>épaulement croisé</i>	rokas sagatavošanās stāvoklī
	2♩	<i>demi-plié</i>	—//—
1. takts	1♩	<i>échappé</i> uz II pozīciju <i>en face</i>	rokas atver pazeminātā 2. pozīcijā
	2♩	<i>demi-plié</i> II pozīcijā	rokas pazeminātā 2. pozīcijā
	3♩	<i>relevé</i> II pozīcijā	—//—
	4♩	<i>demi-plié</i> V pozīcijā, kreisā kāja priekšā	rokas sagatavošanās stāvoklī
2. takts	1♩ – 4♩	atkārto 1. takts darbību, pabeidz <i>échappé</i> ar labo kāju V pozīcijā priekšā	
3. takts	1♩ – 4♩	2 <i>échappés</i> II pozīcijā	II kāju pozīcijā rokas atver pazeminātā 2. pozīcijā, V kāju pozīcijā aizver sagatavošanās stāvoklī
4. takts	1♩ – 2♩	<i>échappés</i> II pozīcijā	—//—
	3♩	izstieptas V pozīcijā	rokas sagatavošanas stāvoklī
	4♩	<i>demi-plié</i>	—//—
5. – 8. takts	atkārto 1. – 4. takts darbību, uz pēdējo 1/4 izstieptas		

Assamblé soutenu

Muzikālais taktsmērs 4/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, kreisā kāja priekšā *épaulement croisé*, rokas sagatavošanās stāvoklī, galva pa kreisi.

<i>Préparation</i>			
Muzikālais sadalījums		Kāju darbība	Roku darbība
1 takts	1♩ – 2♩	V pozīcija, kreisā kāja priekšā <i>épaulement croisé</i>	rokas sagatavošanās stāvoklī, galva pa kreisi
	3♩ – 4♩	pagriežas <i>en face</i>	rokas sagatavošanās stāvoklī
1. takts	1♩	vienlaicīgi ar <i>demi-plié</i> V pozīcijā, labo kāju atver uz sāniem	rokas atver 2. pozīcijā, delnas <i>allongé</i> , skatiens <i>en face</i>
	2♩	<i>assamblé soutenu</i> uz V pozīciju, labā kāja priekšā	labā roka 1. pozīcijā, kreisā paliek 2. pozīcijā, galva pa labi
	3♩	<i>demi-plié</i>	labo roku atver 2. pozīcijā
	4♩	izstieptas	rokas aizver sagatavošanās stāvoklī
2. – 4. takts	atkārto 1. takts darbību vēl 3 reizes – ar kreiso, labo, kreiso kāju		
5. – 8. takts	atkārto kombināciju <i>en dedans</i>		

En pointe

Pas de bourré suivi

Muzikālais taktsmērs 3/4

Sākuma stāvoklis: V pozīcija, labā kāja priekšā
épaulement croisé,
 rokas sagatavošanās stāvoklī, galva pa labi.



Préparation

Muzikālais sadalījums	Kāju darbība	Roku darbība	
1 takts	1♩	V pozīcija, labā kāja priekšā <i>épaulement croisé</i>	rokas sagatavošanās stāvoklī
	2♩	<i>demi-plié</i> V pozīcijā	—//—
	3♩	<i>relevé</i> V pozīcijā	rokas 1. pozīcijā
	4♩		labo roku paceļ 3. pozīcijā, kreiso roku atver 2. pozīcijā, skatiens pa labi
1. – 8. takts		<i>pas de bourré suivi</i> V pozīcijā uz sāniem, virzoties pa diagonāli no punkta 6 uz punktu 2	labā roka 3. pozīcijā, kreisā roka 2. pozīcijā, skatiens zem labās rokas 3. pozīcijā
9. – 16. takts		<i>pas de bourré suivi</i> pa apli pulksteņa rādītāja virzienā	labā roka 1. pozīcijā <i>allongé</i> , kreisā roka 2. pozīcijā <i>allongé</i>
17. – 24. takts		<i>pas couru</i> uz aizmuguri no punkta 2 uz punktu 6	rokas atver pazeminātā 2. pozīcijā <i>allongé</i>
25. – 28. takts		<i>pas de bourré suivi</i> uz sāniem uz punktu 3, pabeidz V pozīcijā uz <i>demi-plié</i> , labā kāja priekšā	labā roka 3. pozīcijā, kreisā roka 2. pozīcijā, skatiens pa labi
29. – 32. takts		<i>pas de basque</i>	
<i>pas de basque</i> skaidrojums			
29. takts	1♩	<i>demi-plié</i> V pozīcijā	rokas paceļ 1. pozīcijā

	2♩ – 3♩	saglabājot <i>demi-plié</i> uz kreisās kājas, labo kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz priekšu	labo roku paceļ 3. pozīcijā, kreiso roku atver 2. pozīcijā
30. takts	1♩	saglabājot <i>demi-plié</i> uz kreisās kājas, labo kāju ar <i>demi-rond de jambe par terre en dehors</i> atver uz sāniem	labo roku nolaiž 2. pozīcijā
	2♩	<i>pas glissade</i> ar labo kāju uz sāniem	rokas nolaiž sagatavošanās stāvoklī
	3♩	<i>demi-plié</i> uz labās kājas, kreiso kāju ar <i>battement tendu</i> atver uz priekšu	rokas paceļ 1. pozīcijā
31. takts	1♩ – 3♩	pāriet uz kreiso kāju uz priekšu, labo kāju nostiepj <i>pointé tendue</i> aiz muguras	kreiso roku paceļ 3. pozīcijā, labo roku atver 2. pozīcijā, skatiens pa kreisi
32. takts	1♩ – 3♩	saglabā lielo pozu <i>croisé derrière</i>	

