



## Экзерсис классического танца

Здравствуй, юный танцор! Пусть тебе этот чек-лист станет помощником в изучении экзерсиса классического танца!

- 1. Plie**  
*Приседание*
- 2. Battement tendu**  
*Отведение приведение ноги по полу в заданном направлении*
- 3. Battement tendu jete**  
*Бросок ноги на 35-40 градусов в заданном направлении*
- 4. Rond de jambe par terre**  
*Круг ногой по полу*
- 5. Battement fondus**  
*Работа двух ног одновременно*
- 6. Battement soutenus**  
*Движение с подтягиванием ног в пятой позиции, непрерывное движение*
- 7. Battement frappes**  
*Удар рабочей стопы ноги по голеностопному суставу опорной ноги*
- 8. Rond de jambe en l'air**  
*Круг ногой по воздуху*
- 9. Petit battements**  
*Маленький батман, на щиколотке опорной ноги*

**10. Battement developpes**

*Медленное поднятие ноги на 90 градусов и выше*

**11. Grand battement jete**

*Бросок ноги на 90 градусов и выше*

Успехов в творчестве!

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?