

¡Bienvenidas a nuestra clase de Ballet!

Semana de retroalimentación

Colegio Aurora de Chile

Profesora:

Claudia Kaempfe



**Colegio Aurora
de Chile**
CORMUN RANCAGUA

*Esta semana es para recapitular
lo aprendido y retroalimentar las
7 clases / video que llevamos a la
fecha.*

¿Las recuerdas?



¿Qué hemos aprendido?

- 1. Ejercicios de ELONGACIÓN*
- 2. Técnica – pasos base*
- 3. Posición de pies*
- 4. Posición de brazos*
- 5. Coreografía Vals de las Flores*



Estos son algunos ejercicios de elongación

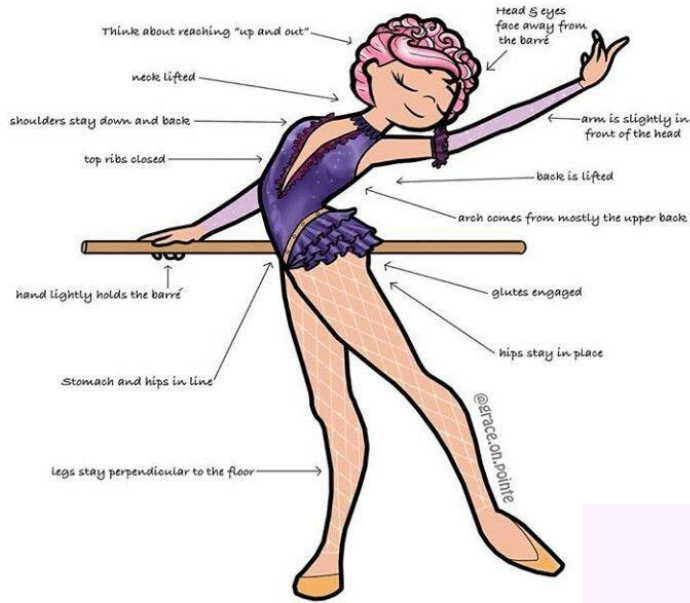


¿Cuáles más recuerdas?

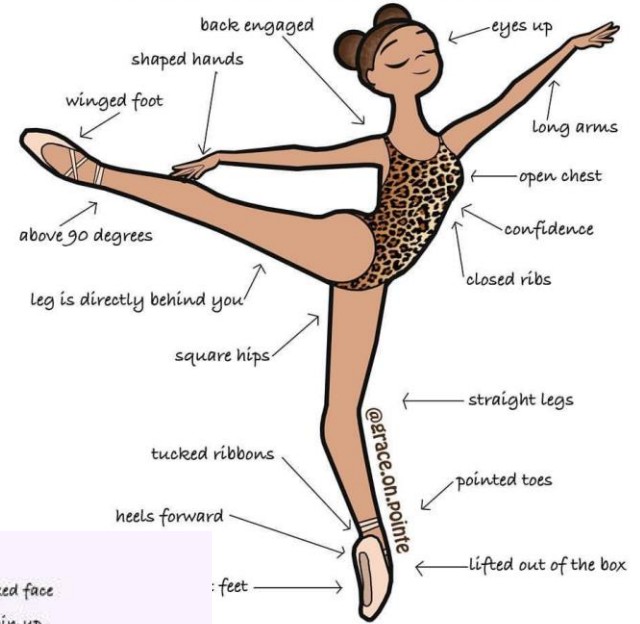


Algunos pasos base

Cambré Back



Arabesque



Pase



¿Cuáles más recuerdas?

Posición de brazos y pies



- **Primera posición** (*Première position*): los talones se juntan y los pies se giran hacia fuera hasta formar una línea.



- **Segunda posición** (*Deuxième position*): los pies se giran igual que en la primera posición, pero con las piernas algo separadas. El espacio entre ellas debe ser equivalente al largo de un pie.



- **Tercera posición** (*Troisième position*): el talón de un pie se pone contra la parte central del otro.



- **Cuarta posición** (*Quatrième position*): los pies se cruzan de modo que el talón de un pie se encuentre a la misma altura que los dedos del otro, y viceversa. Se debe dejar un espacio entre los pies equivalente al largo de un pie.



- **Quinta posición** (*Cinquième position*): los pies se cruzan de modo que el talón de un pie toque el dedo del otro, y viceversa.



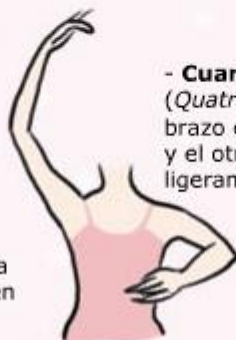
- **Primera posición** (*Première position*): los brazos se colocan hacia abajo formando un óvalo.



- **Segunda posición** (*Deuxième position*): los brazos se abren ampliamente formando una línea con los hombros y ligeramente curvados.



- **Tercera posición** (*Troisième position*): un brazo como en la primera posición y el otro como en la segunda.



- **Cuarta posición** (*Quatrième position*): un brazo curvado hacia delante y el otro hacia arriba también ligeramente curvado.



- **Quinta posición** (*Cinquième position*): los brazos se colocan hacia arriba formando un óvalo.

¡Te felicito!

*Hemos aprendido mucho
Sólo debes practicar a diario.*

