

ESCUELA MUNICIPAL DE DANZA
LECCIÓN 2: “Battement tendú”

EJERCICIO: Empezamos en primera o quinta posición según dificultad.

- 1- Tendú devant, flex, punta, vuelve a su posición
- 2- Un tendú
- 3- Plié

Hacemos lo mismo en croix, y termina con tres tendús en primera posición alternando pies. Por último un plié.

Repetimos lo mismo con la pierna izquierda.

POSICIONES: En Primera y quinta, según dificultad.

BRAZOS: Con apoyo de barra o a segunda posición si no hay apoyo.

VOCABULARIO: Se invita al alumno/a a escribir en una libreta el vocabulario y su significado.

- 1- **Battement tendú:** Ejercicio para forzar empujes hacia afuera y para lograr mayor extensión de pie y pierna.
- 2- **Devant:** de frente o delante
- 3- **Second:** de lado, Segunda posición
- 4- **Derrière:** detrás, atrás
- 5- **En Croix:** En cruz, cuando el pie trabaja delante al lado y detrás.

Esta lección va acompañada del vídeo demostrativo para que el alumnado pueda repasar y trabajar el ejercicio.

Docente: Isabel Simòn