Adagio

Movimiento lento que se realiza solo o acompañado. La primacía clásica del *pas de deux*, en el cual la bailarina es ayudada por su compañero masculino y así realiza los movimientos lentos y elevaciones, en el cual, en los ascensos, el bailarín apoya o lleva a la bailarina. La bailarina así, realiza pasos y alcanza las posturas que le serían imposibles sin la ayuda de su compañero.

Arabesque

Una de las posiciones básicas en ballet clásico. Es una posición del cuerpo que ha de ponerse de perfil, apoyado respecto a una pierna, que puede ser recta o *demi-plié* o *en releve*, y la otra pierna levantada detrás y estirada. Los brazos se encuentran sostenidos en las varias posiciones que crean la línea más larga y estilizada. Los hombros se deben sostener cuadrados a la línea de la dirección. Las formas del *arabesque* varían. El método de Cecchetti utiliza cinco *arabesques* principales; la escuela rusa (Vaganova), cuatro; y la escuela francesa, dos.

Arrière, en

Hacia atrás. Una dirección para la ejecución de un paso. Término para indicar que un paso es ejecutado hacia atrás.

Assemblé

Montado o unido juntos. Un paso en el que el pie que trabaja se desliza por el suelo antes de elevarse por el aire. Como el pie entra en el aire, el bailarín se eleva del suelo con la pierna de apoyo. Ambas piernas una vez realizado el salto bajan a tierra simultáneamente en la quinta posición. *Assemblés* pueden ser *petit* o *grand* según la altura del *battement* y es ejecutado *devant*, *derrière*, *en avant*, *en arrière* y *en tournant*. También puede ser hecho batido.

Attitude

Es una posición en una pierna (como *arabesque*) con la diferencia que la que se encuentra levantada flexiona la rodilla doblándola en un ángulo de 90 grados. El pie de soporte puede ser *terre*, *demi-pointe* o *pointe*. Los brazos se encuentran sostenidos en las varias posiciones que crean la línea más larga y estilizada. Los hombros se deben sostener cuadrados a la línea de la dirección.

Avant, en

Delante. Una dirección para la ejecución de un paso. Indica que un paso debe ser ejecutado hacia adelante.

Balancé

Paso oscilante. Este paso es muy parecido al movimiento del *valse* y es una alternación de equilibrio, cambiando el peso de un pie al otro.

Barre - Barra

La barra de madera se encuentra en posición horizontal, sujeta a las paredes de la sala de clase del ballet para que el bailarín se apoye y practique los ejercicios. Cada clase del ballet clásico comienza con ejercicios en la barra.

Battement

Acción que consiste en sacar la pierna extendida. Hay dos tipos de *battements*: *grands battements* y *petites battements*. Los *battements petis* son: *tendus*, *dégagés*, *frappés*. Los *grand battement*: *en cloche*, y estirado.

Battement Dégagé

El *battement dégagé* es similar al *battement tendu* pero se hace más rápido y el pie de trabajo se levanta cerca de cuatro pulgadas del piso con el pie bien acentuado. Al cerrar resbala nuevamente hacia dentro de la primera o quinto posición. Los *dégagés* consolidan los dedos del pie, desarrollan el empeine y mejoran la flexibilidad del empalme del tobillo.

Battement Cloche

Como una campana. Se refiere a *grands* o *petites battements* ejecutado continuamente *devant* y *derrière* por la primera posición.

Battement Fondú

Es un ejercicio en el cual la pierna soporte está doblada lentamente en *demi plie* (como hundiéndose abajo) y el pie que trabaja señala el tobillo y se estira hacia el suelo o hacia el aire. Mientras que se endereza la pierna soporte se extiende. El *fondu* puede ejecutarse con punta en el piso o en el aire. Se puede ejecutar en varias posiciones: al frente, al lado o atrás.

Battement Frappé

Battement pulsado. Un ejercicio en el cual el bailarín poderosamente amplía la pierna de trabajo de una posición *cou* de pie a varias posiciones: al frente, al lado o a la parte posterior. Este ejercicio consolida los dedos del pie y los empeines y desarrolla la energía de las puntas. Es la base del *allegro*.

Battement Petite Sur le cou-de Pie

Battement pequeño en el tobillo. Ejercicio en la barra en la cual la pierna que trabaja se encuentra en posición *cou-de-pie* moviéndola hacia hacia fuera y adentro rápidamente.

Battement Tendú

Battement estirado. Es un ejercicio para forzar los empeines hacia fuera. El pie de trabajo sale de la primera o quinto posición hacia la segunda o cuarta posición sin la elevación del dedo del pie de la tierra. Ambas rodillas se deben mantener estiradas. Cuando el pie alcanza el *tendue* del *pointe* de la posición, entonces vuelve a la primera o quinto posición. El *battements tendus* se puede también hacer con el cuerpo en varias posiciones.

Battement Grand

Battement grande. Un ejercicio en el cual la pierna de trabajo se levanta en el aire con fuerza (sin mover las caderas) y vuelve a su posición original otra vez. El acento de este movimiento es hacia arriba y ambas rodillas estiradas. La función de los *grands battements* es aflojar los empalmes de la cadera. Los *grands battements* se pueden tomar el *seconde*, *devant* y *derrière*.

Bras

Brazos en preparación. Esto es "la preparación" del bailarín. Los brazos formaran un círculo con las palmas enfrentadas y los dedos a la altura de los muslos en forma de círculo.

Bras Posiciones

Posiciones de los brazos. Aunque las posiciones de los pies son estándares en todos los métodos, las posiciones de los brazos cambian según cada uno. Cada método tiene su propio sistema. El método de Cecchetti tiene cinco posiciones estándares con un derivado de la cuarta posición y de la quinto posición. La escuela francesa tiene una posición preparatoria y

cinco posiciones estándares. La escuela rusa tiene una posición preparatoria y tres posiciones estándares de los brazos.

Cou-de-pied, sur le

Sobre "el cuello del pie". El pie que trabaja es colocado en la parte de la pierna entre la base del talón y el principio del tobillo.

Cabriole

Un paso del *allegro* en el cual las piernas extendidas se baten en el aire. Los Cabrioles se divide en dos categorías: *petite*, que se ejecutan en 45 grados, y grandes, que se ejecutan en 90 grados. La pierna de trabajo se empuja en el aire, la pierna que está debajo la sigue y la golpea enviándola más arriba. El aterrizaje entonces se hace primero con la pierna que está debajo. El cabriolé puede ser hecho *devant*, *derrière* y *á la seconde*; y en cualquier posición del cuerpo, como *croisé*, *effacé*, *écarté*, etc.

Croisé

Cruzado. Una de las direcciones del *épaulement*. La travesía de las piernas con el cuerpo puesto en un ángulo oblicuo del frente. La pierna desunida se puede cruzar en el frente o en la parte posterior.

Côté, de

De lado. Usado para indicar que un paso debe ser hecho al lado, o sea a la derecha o a la izquierda.

Croix, en

En forma de cruz. Indica que un ejercicio debe ser ejecutado a la cuarta delante, a la segunda posición y a la cuarta posición atrás, o viceversa. Como, por ejemplo, en *battements tendus en croix*.

Dedans, en

Hacia dentro. En pasos y ejercicios el término *dedans* indica que la pierna, en una posición *à terre* o *en l'air*, se mueve en una dirección circular, en sentido contrario a las agujas del reloj. Como, por ejemplo, *en rond de jambe à terre en dedans*. En piruetas, el término indica que una pirueta es hecha hacia adentro, hacia la pierna de apoyo.

Dehors, en

Externo. En pasos y ejercicios el término en *dehors* indica que la pierna, en una posición *à terre* o *en l'air*, se mueve en una dirección circular, en el sentido de las agujas del reloj. Como, por ejemplo, *en rond de jambe à terre en dehors*. En piruetas el término indica que una pirueta es hecha externa hacia la pierna que trabaja.

Demi-plié

Mitad flexión de las rodillas. Todos los pasos de la elevación comienzan y terminan con un *demi-plié*. (Vea *Plié*).

Derrière

Detrás, atrás. Este término puede referirse a un movimiento, el paso o la colocación de un miembro atrás (trasero) del cuerpo. En relación a un paso en particular, la expresión de *derrière* implica que el pie que trabaja cierra atrás.

Devant

En frente. Este término puede referirse a un paso, el movimiento o la colocación de un miembro delante del cuerpo. En la referencia a un paso particular la adición de la palabra "*devant*" implica que el pie que trabaja es cerrado en el frente.

Développé, Temps

El tiempo de desarrollo de un movimiento. Por el uso común el término se ha abreviado a *développé*. Un *développé* es un movimiento en el que la pierna que trabaja es elevada al nivel de la rodilla de la pierna de apoyo y despacio ampliada a una posición abierta *en l'air* y sostenida allí con un control perfecto. Las caderas son mantenidas a nivel y en la dirección en la que el bailarín se enfrenta.

Écarté

Separado. Amplio. *Écarté* es una de las ocho direcciones del cuerpo (método Cecchetti). En esta posición el bailarín afronta cualquiera de las dos esquinas delanteras del espacio (cuarto). La pierna más cerca a la audiencia señala a la segunda posición *à terre* o levantada a la segunda posición *en l'air*. El torso es sostenido en perpendicular. Los brazos son sostenidos en la actitud del brazo levantado que ha de ser sobre el mismo lado que la pierna ampliada.

Échappé

Deslizar el movimiento. Un *échappé* es una abertura de ambos pies de una posición cerrada a una posición abierta. Hay dos clases de *échappés*: *échappé sauté*, que es saltado, y *echappé sur les pointes* o *demi-pointes*, que se hace con un *relevé* y tiene las rodillas rectas cuando la posición es abierta. En cada caso los *échappés* se hacen a la segunda o cuarta posición, ambos pies que viajan una distancia igual del centro de gravedad original.

Échappé sur le Pointes

Échappé sobre las puntas. Desde la quinta posición de pie cambiando al otro pie. Se abren los pies a la segunda o cuarta posición sobre las puntas de las zapatillas de ballet. Los pies deberían deslizarse rápidamente a la posición abierta y ambos pies deben moverse uniformemente a la posición del comienzo. Finalizado la ejecución en la posición abierta deben mantenerse las rodillas tensas. Con un pequeño salto a la quinta posición en *demi-plié* se termina este movimiento. Si el *échappé* es hecho en la segunda posición el pie de derecho puede cerrarse delante o detrás. En *échappé* a la cuarta posición puede ser *croisé* o *effacé*, el movimiento puede hacerse de la quinta posición a la cuarta posición sin el cambio

En l' Aire

En el aire. Indica que un movimiento debe ser hecho en el aire.

Ejercicios en el Centro

Es el nombre dado a un grupo de ejercicios similares a los de la barra, pero realizado en el espacio sin el apoyo de la barra. Estos ejercicios por lo general son realizados alternadamente de pies y son inestimables para la obtención de un buen equilibrio y control corporal.

Ejercicios en la Barra

Grupo de ejercicios realizados por el bailarín apoyado en una barra de una mano. Esta barra, generalmente un trozo de madera cilíndrico, es sujetado horizontalmente a las paredes de la

clase de prácticas en una altura aproximadamente tres pies seis pulgadas del suelo. La práctica de los ejercicios a la barra es el fundamento del ballet clásico, junto con el pianista o música indicada para estos ejercicios. Cada lección de ballet clásico comienza con estos ejercicios de barra. Está en la barra en entrenamiento fundamental para los bailarines. Estos ejercicios son esenciales para desarrollar los músculos correctamente, girando las piernas de las caderas y ganando el control y la flexibilidad de las uniones y músculos.
Los ejercicios en la barra pueden ser simples o variados pero en general incluyen los movimientos siguientes:

Pliés en primera posición de pies, segunda, cuarta y quinta.

Battements tendus.

Battements dégagés.

Battements fondus.

Ronds de jambe à terre.

Battements frappés.

Adagio.

Petits battements sur le cou-de-pied.

Ronds de jambe en l'air.

Grands battements.

Estiramientos.

Pies, Colocaciones

En el Ballet hay cinco posiciones básicas de los pies y cada paso o movimiento comienza y termina en una u otra de estas posiciones, que fueron establecidas por Pierre Beauchamp, *maître de ballet* del *Academia Róyale de Musique et de Dance* a partir de 1671 a 1687. Estas son:

Primera posición (posición de *Première*): En esta posición los pies forman una línea, los talones se tocan uno otro.

Segunda posición (posición de *Seconde*): Los pies están en la misma línea pero con una distancia de cerca de un pie entre los talones.

Tercera posición (posición de *Troisième*): En la tercera posición un pie está delante del otro, se cierra uno delante y en el centro del otro pie.

Cuarta posición (posición de *Quatrième*): En la cuarta posición la colocación de los pies es similar a la tercera posición, los pies son paralelos y separados por la longitud de un pie y el peso del cuerpo se halla en el medio de las dos piernas.

Quinta posición (posición de *Cinquième*): En la quinto posición, en el método de Cecchetti, se cruzan los pies de modo que el primer empalme del dedo gordo demuestre más allá de cualquier talón. En las escuelas francesas y del ruso los pies se cruzan totalmente de modo que el talón del pie delantero toque el dedo del pie del pie trasero y viceversa.

Sexta posición en clásico no se usa mucho, es con los pies juntos y paralelos, con el peso del cuerpo en planta.

Plié

Doblado. Una flexión de las rodillas. Este es un ejercicio para trabajar las elongaciones y que los músculos se vuelvan suaves y flexibles; los tendones flexibles y elásticos; sirve también para desarrollar un sentido del balance. Hay dos *pliés* principales: *grand plié* o flexión completa de las rodillas (las rodillas deben estar dobladas hasta que la posición de los muslos es horizontal) y los talones según en qué posición no se levantan del piso, o el *demi-plié* o mitad-flexión de las rodillas. Los *pliés* se hacen en la barra y en el centro en las cinco posiciones de pies. La tercera posición se omite generalmente. Cuando un *grand plié* se ejecuta en la primera, tercera, cuarta o quinto posición, los talones se levantan del piso y vuelven a tocar el suelo al volver a la posición original. El movimiento de flexión debe ser gradual y las rodillas deben doblarse antes que los talones. El cuerpo debe levantarse a la misma velocidad a la cual descendió, presionando los talones en el piso. En el *grand plié* en segunda posición o en cuarta posición (pies en la primera posición pero separados por el espacio de un pie) los talones no se levantan de la tierra. Todos los *demi-pliés* se hacen sin la elevación de los talones del piso. En todos los *pliés* las caderas debe estar derecha y sobre los dedos del pie el peso del cuerpo es distribuido uniformemente en ambos pies, con el pie entero agarrando el piso.

Pirouette

Pirueta. Giro o vuelta. Una vuelta completa del cuerpo con un pie en punta o *demi-pointe*. Las piruetas *en-dedans* realizados dando vuelta al interior, hacia la pierna soporte, o las *en-dehors* dando vuelta hacia fuera, en la dirección de la pierna levantada. La colocación correcta del cuerpo es esencial en todas las clases de piruetas. El cuerpo debe estar bien centrado para que la pierna soporte, con la parte posterior sostenga fuertemente el cuerpo; y las caderas y los hombros alineados. La fuerza del ímpetu es equipada por los brazos, que están inmóviles durante la vuelta. La cabeza es lo último en moverse con los ojos enfocados en un punto definido que debe estar en el nivel de los mismos. Las piruetas se pueden realizar en cualquier posición dada, tal como quinta posición, *attitude*, arabesco, *a la seconde*, etc.

Piqué

Ejercicio caminando directamente en el punto o el *demi-pointe* del pie de trabajo en cualquier dirección o posición deseada y con el otro pie levantó en el aire. Por ejemplo, en pique arabesco, *pique develóppe,* etc.

Port de Bras

El término *port-de-bras* tiene dos significados:

Un movimiento o una serie de movimientos hechos pasando el brazo o los brazos con varias posiciones. El paso de los brazos a partir de una posición otra constituye un *port de bras*.

Un término para un grupo de ejercicios de modo que los brazos se mueven agraciados y armoniosos.

En el método Cecchetti hay ocho ejercicios determinados en *port-de-bras*. En la ejecución de *port-de bras* los brazos deben moverse desde el hombro y no del codo y los movimientos deben ser lisos y fluidos. Sin subir los hombros. Los brazos deben estar redondeados suavemente de modo que los puntos de los codos sean imperceptibles y las manos deban ser simples, agraciadas y nunca rígidas. El cuerpo y la cabeza deben moverse en juego. Al levantar los brazos a partir de una posición a otra, los brazos deben pasar con una posición básica. Esta posición corresponde a la quinta de la posición *avant*, método de Cecchetti, o la primera posición, en las escuelas francesas y rusas. Al pasar de una posición alta a una posición baja, los brazos se bajan generalmente en una línea por los lados. Los ejercicios en *port de bras* se pueden variar infinitamente combinando sus elementos básicos según el gusto del profesor y de las necesidades de los bailarines y las exigencias de la coreografía.

Relevé

Levantado. Es subir a la media punta o punta. Hay dos maneras de *relevé*. En la escuela francesa, el *relevé* se hace con una subida lisa, continua mientras que el método de Cecchetti y la escuela rusa utilizan un pequeño resorte. *Relevé* se puede hacer en las cinco posiciones, arabesco *devant*, *derrière*, en *tournant*, en del *passé avant*, *arrière* del en del *passé* etc.

Rond de Jambe

Movimiento redondo de la pierna, es decir, un movimiento circular de la pierna sin mover las caderas y la pelvis. El *rond de jambe* se utiliza como ejercicio en la barra, en el centro y puede hacerse *à terre* o *en l'air*. Todos los que se hacen hacia la derecha son *déhors* y a la izquierda los *dedans*.

Rond de Jambe à Terre

Rond de jambe en la tierra. Un ejercicio en la barra o en el centro en el cual la pierna que trabaja crea una serie de movimientos circulares en la tierra. Ambas piernas se deben quedarse derechas y todo el movimiento debe venir de la cadera, junto con el arqueamiento y

el relajar del empeine que pasa por la primera posición. El dedo del pie que trabaja no se levanta de la tierra y no pasa más allá de la cuarta posición delantera o de la cuarta posición detrás. Esto es un ejercicio para dar vuelta a las piernas hacia fuera de las caderas, para aflojar las caderas y para guardar la parte posterior del dedo del pie y para inclinarse adelante. Hay dos clases de *terre* del *à de ronds de jambe*: en *dedans* (hacia dentro) y ésos *dehors* (hacia fuera).

Rond de Jambe en l'air

Rond de jambe en el aire. Se hace en la barra y en práctica del centro. El dedo del pie de trabajo describe un óvalo, las extremidades de El muslo se debe mantener inmóvil y haber realizado bien el control de las caderas. El muslo debe también ser sostenido horizontal de modo que el dedo del pie pase en a la altura de la rodilla de soporte.

Sissonne

Es un salto de ambos pies, deslizando el peso del cuerpo sobre el pie de apoyo. *Sissonne* puede ser *petite* o *grande*. Los *petites sissonnes* son *sissonne simple*, *sissonne fermée*, *sissonne ouverte* en 45 grados y *sissonne tombée*, también en 45 grados. Los *grand sissonnes* son *sissone ouverte* en 90 grados, *sissone renversée sissone* y *soubresault*.

Sissone Fermée

Sissonne cerrado. Un paso de la elevación baja se realizó a un tempo rápido. Este *sissonne* acaba en dos pies con el pie de trabajo que se desliza a lo largo del piso en *demi-plié*. Puede ser en realizado *avant*, *arrière* y *de côté* y en todas las direcciones, tales como *croisé*, *effacé*, *écarté*, etc.

Terre, à

A tierra. Este término indica que la base entera del pie que se utiliza o de los pies toca la tierra; y también que el pie levantado generalmente en una pose es seguir estando en la tierra con las puntas extendidas.

Tournant, en

Indica que el cuerpo da vuelta mientras que ejecuta un paso de progresión dado. Por ejemplo, en el *assemblé en tournant*.

Tour en l'air

Vuelta en el aire. Éste es esencialmente un paso de un bailarín masculino aunque los coreógrafos contemporáneos lo utilizan también para las bailarinas. El *Tour en l'air*, es una vuelta en el aire en el cual el bailarín se levanta derecho en el aire de un *demi-plié*, hace una vuelta completa y baja al piso en la quinto posición con los pies invertidos. La vuelta puede ser sola, doble o triple según la capacidad del bailarín. Los brazos asisten y la cabeza debe moverse como en las piruetas.

Fuente: AMERICAN BALLET THEATRE