

SEGUNDA ETAPA - TÉCNICA CLÁSSICA

Candidatos até 14 anos

Vídeo de 15 minutos: barra de 5 minutos e centro de 10 minutos

Barra de 5 minutos:

- Pliés, Battement Tendu, Battement Fondu, Développe, Grand Battement.

Centro 10 minutos:

- **Adagio :**
Combinação com: Développe efface devant, Développe en face á la seconde, Développe 1 arabesque,
- **Battement tendu com pirouette :**
Um exercício que combina: Pirouette en dehors de 5ta posición a 5ta posición y de 4ta posición a 5ta posición. Pirouette en dedans de 4ta posición a 5ta posición.
- **Pequeno Allegro:**
2 exercícios que contém: changement de pieds, échappés, glissade , assembles, jettes,
- **Alegro Médio:**
Um exercício com Sissone fermé (devant, á la seconde, em arabesque)
- **Em sapatillas do puntas 3 exercícios:**
 - **Exercício 1 :** élève, Relevé,
 - **Exercício 2 :** Pas de bourrée, coupe ballonné, echappé , bourrée
 - **Exercício 3 :** Um Arabesque combinado c/ pirouette em dehors de 5ta posición a 5ta Posición, de 4ta a 5ta, o pirouette en dedans

LEMBRE-SE de filmar a barra na diagonal

O Professor pode adicionar exercícios, sem cessar de usar, os mencionados acima.

SEGUNDA ETAPA - TÉCNICA CLÁSICA

Candidatos a partir de 15 anos

Vídeo de 15 minutos: barra de 5 minutos e centro de 10 minutos

Barra de 5 minutos:

- Plies, Battement tendu, Battement fondu, Adagio, Grand Battement

Centro 10 minutos:

- **Adagio :**
Um exercício que combina: Développe a la seconde en face, Développe 1ra arabesque, Grand Rond de Jambe
- **Battement tendu :** Usando Croisé, ecarté y effacé frente y verso.
- **Pirouette :**
Um exercício que combina: Pirouette en dehors, en dedans, tour arabesque.
- **Pequeño Allegro:**
Dois exercícios que combina: Changement de pieds, échappé, asamblea, glissade , jettes y no meio do Allegro: Sissone ferme, Sissone ouverte.

4 exercícios do Pontas:

- **Exercício 1:** élève, relevé, échappé, pas de bourrée
- **Exercício 2:** pas de bourre, ballonne en efface, croise
- **Exercício 3:** pirouette en dehors, en dedans, 1 arabesque.
- **Exercício 4:** Pequeña Variación o pasos de una variación

LEMBRE-SE de filmar a barra na diagonal

O Professor pode adicionar exercícios, sem cessar de usar, os mencionados acima.