

**GRUNDSTUFE**

Klasse	Alter (Jahre)	Vermittlung von	Bereich	Methode	Positionen	Musik	Körperteil
7	8 – 11	Warm up an Stange	Stange Exercise	WAG	1. bis 5.	Klaviermusik	Beine, Arme, Hände, Füße
		Demi plié mit grand plié & port de bras	Stange Exercise	WAG	1. bis 5. vor, rück, seit	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Tendu & Jeté im Kreuz	Stange Exercise	WAG	1. und 5.	Klaviermusik	Arme, Füße
		Ronde de jambe par terre mit port de bras	Stange Exercise	WAG	1. und 5. vor, rück, seit	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Fondu im Kreuz & Frappé im Kreuz	Stange Exercise	WAG	1. und 5.	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Grand Battement im Kreuz	Stange Exercise	WAG	1. und 5.	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Exercise	Mitte Raum	WAG	A, B, C, D, Adagio, Port de bras, Tendu, Jeté	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Kombinationen	Mitte Raum	WAG	Glissade, pas de bouré, assemblé, piqué, soutenu, chaîné	Klassische Klaviermusik	Arme, Beine
		Allegro	Mitte Raum	WAG	1. bis 5. sauté changement mit echappé	Klassische Klaviermusik	Arme, Beine
		Diagonal	Mitte Raum	WAG	1. bis 5. mit grand jeté piqué drehen und Schlußpose	Klassische Klaviermusik	Arme, Beine
		Reverance	Mitte Raum	WAG	Abschluß port de bras	Klassische Klaviermusik	Arme, Beine

WAG = Waganova Methode (RUSS)

**GRUNDSTUFE**

Klasse	Alter (Jahre)	Vermittlung von	Bereich	Methode	Positionen	Musik	Körperteil
8	7 – 8	Umgang mit Heben der einzelnen Körperteile	Boden Exercise	RAD Primary	1., 2. & 5.	Klaviermusik	Rücken, Füße, Knie, Arme
		Nach Außen Drehen der Beine und Füße	Boden Exercise	RAD Primary	1., 2. & 5.	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Beinführung durch Fersengriff	Boden Exercise	RAD Primary	Seitliches Liegen	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Rechte und linke Hand einzeln an Stange	Stange Exercise	RAD Primary	1. bis 5. Plié 1. bis 5. Tendü & Jete	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Beginn mit Auftakt, zwei Takte & Abschluß	Stange Exercise	RAD Primary	Ronde de jambe par terre mit Arabesque halten	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Ausrichtung der einzelnen Bewegungen	Mitte Raum	RAD Primary	A, B, C, D Arme Port de bras 16 Takte, en face glissade, pas de bouré, échappé, relevé 5. Pos	Klaviermusik Allegro	Arme, Füße
		Kleine Sprünge	Mitte Raum	RAD Primary	1. bis 5. Sprung Ein Bein, Zwei Beine	Klassische Klaviermusik	Arme, Beine

RAD = Royal Academy of Dance Methode (ENGL)

**GRUNDSTUFE**

Klasse	Alter (Jahre)	Vermittlung von	Bereich	Methode	Positionen	Musik	Körperteil
9	6 – 7	Umgang mit Heben der einzelnen Körperteile	Boden Exercise	RAD Primary	1., 2. & 5.	Klaviermusik	Rücken, Füße, Knie, Arme
		Nach Außen Drehen der Beine und Füße	Boden Exercise	RAD Primary	1., 2. & 5.	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Rechte und linke Hand einzeln an Stange	Stange Exercise	RAD Primary	Tendu in 1. & 5.	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Beginn mit Auftakt, zwei Takte & Abschluß	Stange Exercise	RAD Primary	1., 2. & 5.	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Durchstrecken der Beine und Füße	Stange Exercise	RAD Primary	1. & 5. Jete im Kreuz	Klaviermusik	Beine, Arme, Knie, Füße
		Gewichtsverlagerung	Stange Exercise	RAD Primary	Temps lié in 1. & 4. oder 1. & 2.	Klaviermusik	Beine, Arme, Knie, Füße
		Grand Battement Beine anheben	Stange Exercise	RAD Primary	1. im Kreuz	Klaviermusik	Beine
		Ausrichtung der einzelnen Bewegungen	Mitte Raum	RAD Primary	A, B, C, D 1. bis 5. Knie, Relevé, Chassés pas de bouré	Klaviermusik $\frac{3}{4}$ Takt, Walzerschritt, $\frac{4}{4}$ Takt, Glissade	Arme, Füße
		Kleine Sprünge	Mitte Raum	RAD Primary	1., 3., 5. Sprung Ein Bein, Zwei Beine	Klaviermusik Allegro	Arme, Beine

RAD = Royal Academy of Dance Methode (ENGL)

## Grundstufe

Klasse	Alter (Jahre)	Vermittlung von	Bereich	Methode	Positionen	Musik	Körperteil
10	5 – 6	Umgang mit Gewicht der einzelnen Körperteile	Boden Exercise	RAD Primary	1., 2. & 5.	Klaviermusik	Rücken, Füße, Knie, Arme
		Nach Außen Drehen der Beine und Füße	Stange Exercise	RAD Primary	Demi Plié in 1.& 2.	Klaviermusik	Beine, Füße
		Rechte und linke Hand einzeln an Stange	Stange Exercise	RAD Primary	Tendu in 1. Jete im Kreuz	Klaviermusik	Hände, Arme
		Rechte und linke Hand einzeln an Stange	Stange Exercise	RAD Primary	Epaulement mit Armen bis Grand Battement	Klaviermusik „Marsch“	Beine
		Kleine Sprünge, Kreis, Reihe	Ganzer Raum	RAD Primary	1. & 2.	Klaviermusik „Allegro“	Beine, Arme, Knie, Füße

RAD = Royal Academy of Dance Methode (ENGL)