

MITTELSTUFE

Klasse	Alter (Jahre)	Vermittlung von	Bereich	Methode	Positionen	Musik	Körperteil
4	13 – 16	Demie & grand plié mit port de bras	Stange Exercise	WAG	1. bis 5.	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Tendu & Jeté, rond de jambe par terre, rond de jambe l'air	Stange Exercise	WAG	1. bis 5. vor, seit, rück	Klaviermusik	Arme, Füße
		Fondu mit relevé, frappé & pirouette, petite battement, adagio	Stange Exercise	WAG	1. bis 5. vor, seit, rück	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Grand battement	Stange Exercise	WAG	1. bis 5. vor, seit, rück	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Bein auf der Stange mit Beiführung durch Fersengriff	Stange Exercise	WAG	Vor, seit, rück Ende mit Spagat am Boden	Klaviermusik Adagio	Hände, Arme, Beine, Füße
		Developé im Kreuz, effacé, ecarté, enface, épaulement	Mitte Raum	WAG	1. bis 5. vor, seit, rück	64 Takte Klassische Klaviermusik Adagio	Arme, Beine, Füße
		Tendu mit jeté, Tendu mit passé, pirouette	Mitte Raum	WAG	1. bis 5. vor, seit, rück	64 Takte Klassische Klaviermusik 4/4 Takt	Arme, Beine, Füße
		Kombination developé, dedans, dehors drehen	Mitte Raum	WAG	1. bis 5. vor, seit, rück	Klassische Klaviermusik ¾ Takt	Arme, Beine, Füße
		Kleine & große Sprünge, Diagonal Sprünge, Sprung Kombination	Mitte Raum	WAG	1. bis 5. sauté, changement mit quatre	32 Takte Klassische Klaviermusik ¾ Takt	Arme, Beine, Füße
		Spitzenschuhe relevé, echappé, arabesque mit piqué, bouré	Mitte Raum	WAG	1. bis 5. relevé	Klassische Klaviermusik	Arme, Beine, Füße

WAG = Waganova Methode (RUSS)

MITTELSTUFE

Klasse	Alter (Jahre)	Vermittlung von	Bereich	Methode	Positionen	Musik	Körperteil
5	13 – 15	Demi grand plié mit port de bras	Stange Exercise	WAG	1. bis 5. vor, seit, rück	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Tendu & Jeté im Kreuz	Stange Exercise	WAG	1. bis 5. vor, seit, rück	Klaviermusik	Arme, Füße
		Ronde de Jambe par terre mit developé	Stange Exercise	WAG	1. bis 5. vor, seit, rück	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Ronde de Jambe l' air mit developé	Stange Exercise	WAG	1. bis 5. vor, seit, rück	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Fondu & Frappé, petite battement, adagio, grand battement	Stange Exercise	WAG	1. bis 5. vor, seit, rück	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Bein auf der Stange mit Beinführung durch Fersengriff	Stange Exercise	WAG	Vor, seit, rück Ende mit Spagat am Boden	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Adagio 64 Takte, Developé im Kreuz, Arabesque 1 bis 4, Promenade, Penché	Mitte Raum	WAG	1. bis 5. vor, seit, rück	Klassische Klaviermusik	Arme, Beine, Füße
		Piouette dedans, dehors, attitude	Mitte Raum	WAG		Klassische Klaviermusik	Arme, Beine, Füße
		Richtung chassé, effacé, ecarté, enface, épaulement	Mitte Raum	WAG		Klassische Klaviermusik	Arme, Beine, Füße
		Spitzenschuhe relevé, echappé, pique passé, pirouette, chaîné	Mitte Raum	WAG	2., 4., 5.	Klassische Klaviermusik	Arme, Beine, Füße

WAG = Waganova Methode (RUSS)

MITTELSTUFE

Klasse	Alter (Jahre)	Vermittlung von	Bereich	Methode	Positionen	Musik	Körperteil
6	11 – 13	Warm up an Stange	Stange Exercise	WAG	1. bis 5. Plié	Klaviermusik	Beine, Arme, Hände
		Demi grand plié mit port de bras	Stange Exercise	WAG	1. bis 5. vor, seit, rück	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Tendu & Jeté im Kreuz	Stange Exercise	WAG	1., 4. und 5. Plié relevé	Klaviermusik	Arme, Füße
		Ronde de Jambes par terre	Stange Exercise	WAG	Vor & rück mit Port de Bras	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Fondu im Kreuz & Frappé im Kreuz	Stange Exercise	WAG	mit Developé 90°	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Grand Battement im Kreuz	Stange Exercise	WAG	5.	Klaviermusik	Hände, Arme, Beine, Füße
		Bein auf der Stange mit Beinführung durch Fersengriff	Stange Exercise	WAG	Vor, seit, rück Ende mit Spagat am Boden	Klaviermusik Adagio	Hände, Arme, Beine, Füße
		Beginn mit Spitzenschuhen Echappé & Relevé	Stange Exercise	WAG	1., 2., 5., 6. Relevé, ½ Spitze ganz langsam Bourré vor, rück, seit 2. und 5.	Klassische Klaviermusik	Arme, Beine
		Sprünge Kombination ohne Spitzenschuhe	Mitte Raum	WAG	Assemblé, soubresant, grand jeté	Klassische Klaviermusik	Arme, Beine, Füße

WAG = Waganova Methode (RUSS)