

Inhalt

Was ist Ballett?	6
Der Ballettunterricht	8
Die Ballettkleidung	12
So kannst du zu Hause üben	17
Übungen zum Aufwärmen	19
Die fünf Grundpositionen	22
Einfache Übungen an der Stange	25

Übungen im Raum	29
Mein eigenes Ballett	35
Ballett als Beruf	40
Stufen einer Tanzkarriere	42
Berühmte Tänzerinnen und Tänzer	43
Wie ein Ballett entsteht	44
Berühmte Ballette	46