

BALETNÍ „NEJ“

Dnes výjimečně nebudeme pokračovat ve zdokonalování našeho tréninku klasického tance, ale podíváme se, jak trénují a co dokáží baletní hvězdy. Podíváme se na to, proč musíme pilně trénovat u baré i na volnosti. Proč musíme správně držet své tělo a provádět cviky perfektně. Protože jen tak se můžeme přiblížit k těm, na které se dnes podíváme.

V dnešní lekci najdete odkazy na baletní ukázky. A abychom věděli na co, či koho se díváme, řekneme si k ukázkám vždy pár slov.

Jeden z nejtěžších baletních prvků jsou piruety. I my se snažíme pilně trénovat a přiznejme, když se nám podaří 3 za sebou, je to úspěch ☺ Podívejme se na piruety, které se jmenují „**fouettés**“ a na to, jak je umí **Natalie Osipova**. Natálie je ruská primabalerína narozená 18.5.1986 v Moskvě, kde také balet studovala na Moskevské akademii choreografie. Ve svých 18 letech nastoupila do Velkého divadla a po dvou letech působení ve sboru se stala sólistkou. Po dalších třech letech hlavní sólistkou. V r. 2011 hostovala v Americkém baletním divadle (American Ballet Theatre). Od roku 2013 do současnosti tančí na pozici první sólistky v Londýně v Královském baletu (Royal Ballet)

<https://www.youtube.com/watch?v=arVnNSCFAME>

https://www.youtube.com/watch?v=CiXB5J_E48g

Sergej Polunin je ukrajinský tanečník narozený 20.11.1989 v Chersonu. Od dětství se věnoval gymnastice, od osmi let studoval Státní choreografickou školu v Kyjevě a od 13 let pokračoval ve studiu na Královské baletní škole v Londýně. Po studiích dostal angažmá v londýnském Královském baletu. V roce 2010 se stal jeho nejmladším sólistou v historii. Ve svém životě měl období, kdy balet zanedbával a věnoval se pití alkoholu a dokonce i užívání drog. Naštěstí pro balet, nás diváky i jeho samotného se k baletu vrátil a je z něj mužská taneční světová jednička. Jeho vyjádření jsou občas jemně řečeno svérázná, ale ta my hodnotit nebudeme. Pro nás je důležitý jeho tanec ☺

https://www.youtube.com/watch?v=F_QSSMiJlJA

<https://www.youtube.com/watch?v=0YI09XNK2Yg>

<https://www.youtube.com/watch?v=ZHSQn9CgVR0>

Alessandra Ferri je italská primabalerína narozená 6.5.1963 v Miláně. Balet začala studovat v baletní škole divadla La Scala, později v Královské baletní škole, kterou zastupovala na baletní soutěži v Lausanne. Zde získala za svůj výkon stipendium. V roce 1980 vstoupila do Královského baletu a po třech letech byla povýšena na pozici hlavní tanečnice. V roce 1985 opustila Královský balet, aby se stala sólistkou v Americkém baletním divadle pod vedením Michaila Baryshnikova. My se podíváme na Alessandru jak se připravuje k tanci. Všimněte si, prosím, jejich nártů a propnutých špiček. A po té jak tančí za doprovodu Stingovy kytary.

<https://www.youtube.com/watch?v=UGufiv5PB2A>

<https://www.youtube.com/watch?v=yGwokqVuVjo>

Dnes jsme netančili, dnes jsme se dívali na to, jak krásné je, když tanečnice a tanečníci ovládnou své tělo a dokáží tak úžasné věci. Ale také jsme viděli, že to nejde jen tak samo. Že i baletní hvězdy musí stále pilně trénovat.

Rozloučíme se dnes citátem další taneční hvězdy – Rudolfa Nurejeva:

„Když vynechám trénink jeden den, tak to poznám já. Když vynechám trénink dva dny, tak to pozná učitel. Když vynechám trénink tři dny, tak to pozná obecenstvo.“