



A DORLING KINDERSLEY BOOK  
www.dk.com

First published in Great Britain in 2011  
by  
Dorling Kindersley Limited,  
80 Strand, London, WC2R 0RL  
Penguin Company

Original Title: „How to... Ballet“

Copyright © 2011 Dorling Kindersley  
Limited

Translation © Eliška Gottfriedová, 2013

ISBN 978-80-242-3898-2

**Jane Hackett**  
**Jak na balet**

**PRŮVODCE TAJEMSTVÍM BALETU  
KROK ZA KROKEM**

Z anglického originálu Ballet. A step-by-step guide to the secrets of ballet, vydaného nakladatelstvím Dorling Kindersley v Londýně v roce 2011, přeložila Eliška Gottfriedová  
Fotografie Ruth Jenkinson  
Obálku zhotovil  
Odpovědná redaktorka Viola Lyčková  
Technický redaktor David Dvořák  
Počet stran 64

Vydala Euromedia Group, k. s. –  
Knižní klub, Nádražní 32, 150 00 Praha 5  
v roce 2013 jako svou 6658. publikaci  
Sazba TYPOSTUDIO, s. r. o., Praha  
Tisk TBB, a. s., Banská Bystrica  
Vydání první

Naše knihy na trh dodává  
Euromedia – knižní distribuce,  
Nádražní 32, 150 00 Praha 5  
Zelená linka: 800 103 203  
Tel. 296 536 111  
Fax: 296 536 246  
objednavky-vo@euromedia.cz

www.euromedia.cz

# Obsah

<b>Než začnete</b>	<b>7</b>
Příprava	8
Rozcvičení	10
Správné držení těla	12
Základní pozice	14
Další pozice	16
<b>U barre</b>	<b>19</b>
Dokonalá <i>plié</i>	20
<i>Battement tendu</i>	22
<i>Battement glissé a grand battement</i>	24
<i>Développé</i>	26
<i>Relevé</i> a stoupání	28
<b>Nácvik na volnosti</b>	<b>31</b>
Směry	32
<i>Adagio</i>	34
<i>Petit allegro</i>	36
<i>Krokové variace</i>	38
<i>Allegro</i>	40
<i>Grand allegro</i>	42
Zklidnění	44
<b>A co dál?</b>	<b>47</b>
Baletní škola	48
A můžeme vystoupit	50
Baletní soubor	52
Baletní příběhy	54
Slavné piškoty	58
Slovníček	62
Rejstřík	64