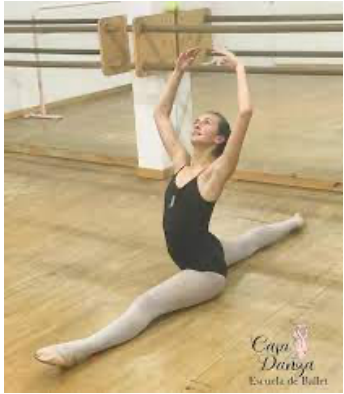


TERMINOLOGÍA DANZA

Plié	. Significa literalmente ‘doblar’ o ‘plegar’ y es uno de los primeros pasos de ballet que se aprenden porque sirve de preparación para los giros, además de para amortiguar las caídas de los saltos. Existen dos tipos: demi-plié (partiendo de la primera posición el bailarín o bailarina flexiona un poco las rodillas) y grand-plié (se realiza una flexión más grande en la que los muslos se quedan paralelos al suelo).	
Relevé	. Significa ‘levantar’ o ‘elear’ y consiste en levantar los talones del suelo. Las bailarinas expertas pueden alzarse en relevé hasta las puntas de los dedos del pie.	
Passé:	Movimiento que consiste en doblar la pierna libre a la altura de la rodilla de la pierna de apoyo. En francés significa "pasado", y en danza se utiliza este término para señalar que un paso se desplaza en alguna dirección	
chassé	movimiento de desplazamiento en el que, tal y como su nombre indica, el pie de atrás persigue al pie de delante y lo caza. Puede consistir en un pequeño desplazamiento o en un desplazamiento acompañado de un ligero salto para avanzar por el espacio.	

spagat, grand écart o apertura de piernas,	Se trata de la apertura de piernas con las rodillas estiradas, deslizando los pies por el suelo, llegando al máximo posible hasta tocar el piso con los muslos.	
arabesque	Posición de perfil sobre una pierna mientras la otra, está estirada por detrás o bien tocando el suelo	
penché	Término utilizado para describir un arabesque a 90°, que inclina el torso hacia adelante y simultáneamente levanta el arabesque a modo de contrapeso, manteniendo su constante relación con la espalda	
attitude	postura que consiste en elevar una de las dos piernas, aproximadamente a noventa grados, manteniendo la rodilla doblada formada un arco, la pierna suele estar levantada detrás (en derrière) o delante (devant).	 <i>Ballet</i> Attitude - Actitud En Avant

fouetté	giro en el que la pierna contraria a la de soporte da la fuerza para realizar girar, esta pierna se estira y se recoge (haciendo una batida o látigo). Generalmente se van enlazando varios giros.	