

Wie nöthig eine äußere Moral in Verbindung mit der inneren jedem Menschen der Anspruch auf den Zutritt in den Zirkel des geselligen Lebens machen will, braucht wohl keines weitem Beweises; und wie man in vornehmen Zirkeln eintreten, grüßen und Grüße empfangen, ferner sich beim Gehen und Stehen verhalten muß, um nicht in Verlegenheit zu kommen, unbeholfen und unanständig zu erscheinen, lehrt wohl nichts ausführlicher als der Tanzunterricht, da er diese Verhaltensregeln als Vorübung erfordert. Tanz ist besonders der Jugend zuträglich, da in dieser Zeit körperliche Bewegung unumgänglich nothwendig ist, indem der richtig angemessene Gebrauch die Kräfte derselben vermehrt und durch Einschärfung der dabei vorkommenden Regeln Einfluß auf das ganze menschliche Leben hat.

Tanzen heißt: den Körper in schönen Formen, richtig nach dem Takte der Musik bewegen und Gehen und Stehen richtig miteinander verbinden. Um dieses uns bald eigen zu machen, fangen wir gleich an mit der körperlichen Haltung. —

Die erste Regel beim Stehen ist: die Füße und Schenkel fest aneinander zu schließen, den Leib einzuziehen, die Brust herauszustößen, beide Schultern zurück und unterwärts zu halten, damit man keinen kurzen Hals macht, wodurch dann die Brust freier hervortritt; den Kopf mit angezogenem Kinn, welches mit der Stirn in Perpendicularlinie stehen muß, in die Höhe mit geradem Halse zurückzuhalten; die Arme an den Seiten natürlich herunter zu lassen (*porte de bras parterre*) wie folgt. Die Ellen-