

he zu bringen und so lange wie möglich auf den Fußspitzen zu stehen.

Die dritte Bewegung *balancé* ist nur in der zweiten und vierten Position anzubringen, wie schon oben gesagt; die Schwerkraft des Körpers von einem Fuße auf den andern zu bringen, doch so, daß der nicht beschwerte Fuß gestreckt in der zweiten Position zur Seite, in der vierten aber nach vorne steht; doch bemühe man sich bei *plié* nicht zur Seite herunterzuhängen. —

Uebertreibungen sind auf folgende Weise zu begehen, wenn man den Rücken allzusehr einzieht, die Füße zu auswärts setzt, den Kopf affectirt in die Höhe hält und wohl gar den Mund dazu aufsperrt, das Gesicht verzerrt, die Arme all zu sehr biegt oder streckt, und entweder zu nahe an den Leib, oder zu weit von den Leibe hält; man bemühe sich daher immer die goldne Mittelstraße zu wählen.

Das bereits von den Stellungen Gesagte muß man so lange üben, bis man es ohne Hülfe des Buches streng nach der Vorschrift mit Körper und Füßen ausführen kann, dies ist gleichsam der Schlüssel zu allen Pas (Schritten) und deren Formirung.

Gehen und Stehen.

Hierin giebt es sehr viele Mängel, da es von zu vielen Menschen gering angesehen wird, um einige Aufmerksamkeit auf sich selbst zu verwenden. — Man trete bei der Bewegung der Füße im Ausschreiten mit der Spitze zuerst auf, lasse dabei die bereits vorgeschriebene Haltung des Oberkörpers nicht aus den Augen, vermeide das Aufstreichen der Sohlen auf der Erde, sowie das Einwärts drehen der Füße; das Knie des ausschreitenden Fußes muß scharf gestreckt und das nachziehende etwas gebogen werden; indeß übertreibe man nichts, weil es dann als affectirt heraus kommt. ■