

BALET

Ročníková práce

Školní rok **2018/2019**

Autor: **Stanislava Hasoňová, IX. A**

Konzultantka: **Mgr. Michaela Matějková**

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem ročníkovou práci zpracovala samostatně a použila jen prameny uvedené v seznamu literatury.

Ve Sloupě dne: 21. 5. 2019

Stanislava Hasoňová

Obsah

Obsah

1. Úvod	4
2. Charakteristika.....	Chyba! Záložka není definována.
3. Historie baletu.....	Chyba! Záložka není definována.
4. Nejznámější baletní díla	7
4. 1. Labutí jezero.....	7
4. 2. Louskáček	Chyba! Záložka není definována.
4. 3. Další známá baletní díla	11
5. Nejznámější baletní skladatel	Chyba! Záložka není definována.
6. Znamá česká primabalerína	16
6.1. Olga Skálová	16
7. Baletní oblečení	18
7. 1. Baletní trikot	18
7. 2. Balerína	18
7. 3. Špičky.....	19
7. 4. Cvičky (piškoty)	19
8. Nejzákladnější baletní technika	20
8. 1. Baletní pozice.....	20
8. 2. Pozice rukou.....	22
9. Moje zkušenosti s baletem	25
10. Závěr	26
Resumé	28
Seznam použité literatury	Chyba! Záložka není definována.
Zdroje	29
Obrázky	29

1. Úvod

V mé ročníkové práci bych vás chtěla seznámit s krásným druhem pohybu, kterým je balet. Tanci se aktivně věnuji již jedenáct let. Celých jedenáct let chodím na Soukromou základní uměleckou školu do Blanska, kde se mi dostává krásných, cenných a užitečných zkušeností.

2. Charakteristika

Balet jako forma scénického tance může být jak samostatným dílem, tak i součástí nějakého celku, například opery. Stejně jako ostatní taneční formy může vyprávět příběh, vyjadřovat pocity nebo jednoduše reflektovat hudbu. Ale od ostatních tanečních stylů se balet odlišuje svou náročnou technikou, jíž se naučit stojí mnoho let dřiny a kterou dokonale zvládají jen ti nejnadanější tanečníci.



Obr. 1

3. Historie baletu

Na přelomu 14. – 15. století celá historie baletu začala. V těchto letech do Evropy a zejména do Itálie pronikla kultura. V této době se zrodil nový filozofický směr, který se nazývá humanismus (humanus, znamená lidský). Návratem k antice v humanismu zaznamenal začátek renesance (= znovuzrození). Tento nový pohled se projevil i ve scénickém umění, ve kterém se Italové pokusili obnovit antické drama. Italové pořádali nádherné slavnosti, ve kterých spojovali hudbu, zpěv, poezii a tanec. Na začátku slavnosti vyplňovali umělecké programy, které se nazývali entremets. Později se ale programy na slavnostech změnilly na zjednodušená představení s dějem. Tato zjednodušená představení se nazývala ballets a entrées. V 16. a 17. století přispěly k rozvoji ballets a entrées numraje a maškarády. Byla to celkem vulgární představení, která se skládala z pantomimy, akrobacie a sólového zpěvu. Do Francie se renesance dostala později. Renesanční slavnosti Italského typu byly na francouzském dvoře zdomácněny až v době, kdy se Kateřina Medici provdala za francouzského krále Jindřicha II. Kateřina Medici si na královský dvůr zvala umělce z rodné Itálie. Houslista a tanečník z Itálie Baltazár zrežiroval „Balet de comique de la reine“ na oslavu svatby. V tomhle baletu se poprvé spojily libreto, hudba, výprava, pantomima a tanec. Jedna z nejdůležitějších složek dvorské etikety je tanec. Ludvík XIV. miloval tanec a nejenže pokračoval v dvorních představeních, ale také se jich sám zúčastňoval. Díky roli v baletu Le Ballet de la Nuit, kde tančil roli slunce, dostal svoje přízvisko Sluneční král. Tanec se stal nepostradatelnou aktivitou urozené společnosti. Ti, co chtěli být na blízku králi, museli umět tančit. Tanec byl ve Francii úspěšnější než opera. A tak tedy vznikl balet.

4. Neznámější baletní díla

4. 1. Labutí jezero

Labutí jezero je první a zároveň neznámější z Čajkovského baletů. Labutí jezero mělo premiéru 27. ledna 1895 v Mariinském divadle v Petrohradě. Hudbu složil Petr Iljič Čajkovskij.

Hlavní postavy Labutího jezera jsou:- princezna Odetta, královna labutí

- Odilie
- Princ Siegfried
- Kníže Rotbart
- Přítel Prince
- Labutě

Děj Labutího jezera:

Kníže Rotbart vyznává svou lásku princezně Odettě a žádá jí o ruku. Odetta jej odmítá. Uražený Rotbart využívá temných kouzel a mstí se. Promění Odettu do podoby labutě a vyhání ji na jezero. Oslava narozenin prince Siegfrieda v zámecké zahradě. Královna oznamuje společnosti, že uspořádá ples, na kterém si Princ zvolí nevěstu. Znenadání se objeví kníže Rotbart přinášející Siegfriedovi dar. Následné tančení veselí však nedovolí Princ si jej prohlédnout. Teprve když Rotbart odvádí hosty, obdivuje Siegfried starobylý samostříl. Kníže se vrací, ukazuje Princovi na létací labutě a navrhuje vypravit se na jejich lov. Sám jej pak odvádí na nejpříhodnější místo, k jezeru... O půlnoci připlouvají po jezeru labutě – dívky zakleté Rotbartem čekající marně na vysvobození. Jen věrná láska může přemoci jeho zlá kouzla. Siegfried přicházející s Knížetem upoutá labuť s korunou na hlavě, princezna Odetta. Rotbart vybízí Prince k lovu. Z prvního vzájemného pohledu však vzniká mezi Siegfriedem a Odettou láska. Mocný Rotbart z dálky přihlíží, jeho zlý úmysl se nezdařil. Princ přísahá Odettě lásku a věrnost.

Na zámku se scházejí hosté pozvaní na slavnostní ples. Přicházejí krásné princezny z mnoha zemí, které se chtějí stát princovou chotí. Tančí před ním i se svými družinami, avšak Princ je k nim lhostejný, nezdá se, že by ho jediná krasavice

zaujala. Znenadání ohlašují fanfáry příchod nových hostů, knížete Rotbarta s krásnou Odilií. Siegfried je zmaten. Odilie mu tolik připomíná jeho milovanou Odettu! Okamžitě podléhá jejímu kouzlu a Královně i celému dvoru sděluje, že Odilie je jeho vyvolenou. Kníže na něm žádá přísahu věrnosti. Princ přísahá a bouře udeří na zámek. V dálce se objevuje zoufalá a zrazená Odetta. Teprve nyní poznává Siegfried svůj osudný omyl. Pochopí, že byl Rotbartem oklamán a v zoufalství spěchá k jezeru. Na břehu jezera čekají dívky – labutě. Odetta se vrací a smutně vypráví o Princově zradě. Rotbart rozpoutává na jaře divokou vichřici. Nešťastný Siegfried nalézá Odettu a prosí ji o odpuštění. Odetta jeho lásce uvěří, ale je pozdě, přísaha byla porušena. Objevuje se opět Rotbart a v nastalém zápase s Princem sám padá do vln, které ho pohltní. Odetta umírá v hlubině jezera. Princ zůstává sám. Jeho pohled přitahuje zklidněná vodní hladina...



Obr. 2

4. 2. Louskáček

Louskáček měl premiéru v Mariinském divadle v Petrohradě 18. 12. 1892.

Postavy Louskáčku: Klára, Louskáček, Fritz, Matka Kláry, Otec Kláry, Drosselmeyer, Dědeček, Babička, Kolombína, Harlekýn, Mechanický vojáček, Princ, Potkaní král, Sněhová královna, Sněhový kavalír, Královna cukrovinek, Král cukrovinek, Kavalír

Děj Louskáčku:

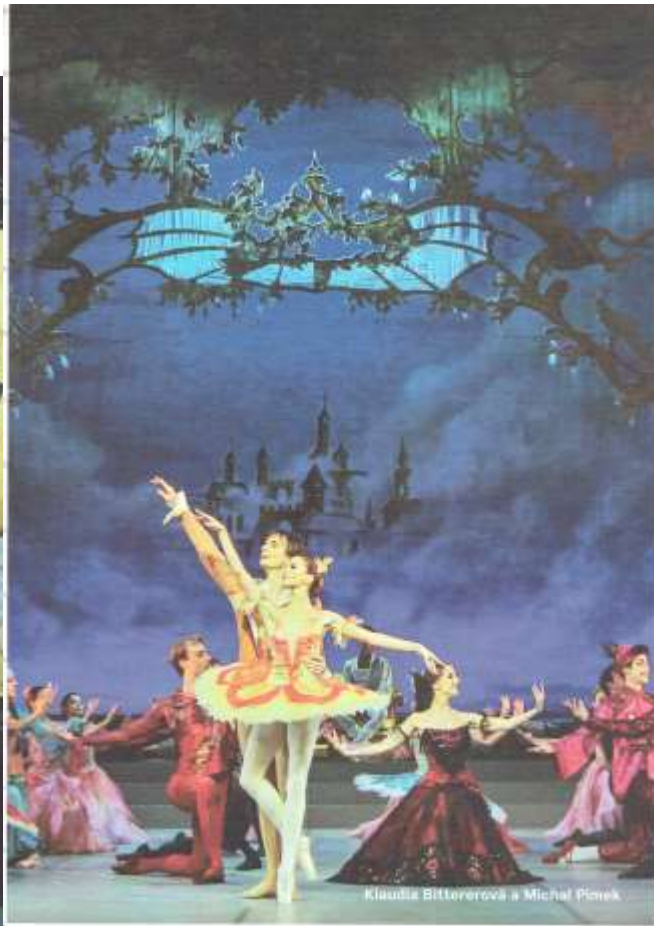
V prvním dějství je Štědrý večer a radní von Stahlbaum připravuje oslavu pro své děti Kláru a Fritze a jejich přátelé. Mezi hosty je i Klářin kmostr, doktor Drosselmeyer, který má prý magickou moc. Drosselmeyer daruje Kláře louskáček na ořechy, od prarodičů dostane navíc kouzelné boty. Fritz ze závidosti rozbije sestřin louskáček, který doktor Drosselmeyer narychlo opraví. Všichni tančí kolem vánočního stromečku a louskáčka. Večer končí šťastnou náladou.

Když oslava skončí a všichni odejdou spát, vrací se Klára do salonu, kde usne v náručí s louskáčkem. Do pokoje vběhnou myši a potkani a bojují s vojáčky. Hlodavci přemohou malou Kláru a Louskáček, kterému zatím doktor Drosselmeyer vdechl život, ji zachrání. Následuje duel, ve kterém Potkaní král Louskáčka téměř usmrtí. Klára vítězně ukončí boj, hodí svoji kouzelnou botičku na Potkaního krále a trefí jej do hlavy. Drosselmeyer odmění Klářinu odvahu. Promění Louskáčka v krásného prince, který odvede Kláru do Krajiny sněhu. Tam Klára tančí se sněhovými vločkami. Princ ji nakonec odvádí na návštěvu do Království cukrovinek.

V druhém dějství Kláru a prince přivítá Královna cukrovinek se svým kavalírem. Princ všem vypráví, jak mu statečná Klára zachránila život. Na její počest se uskuteční velká oslava, během které přinášejí Kláře ty nejúžasnější sladkosti a baví ji ty nejzábavnější postavičky. Oslava končí krásným tanečním duetem – pas de delux. Když Královna cukrovinek ukončí svůj tanec pro Kláru, upozorní ji, že je čas se vrátit. Objevuje se labuť se zlatými křídly a odnáší Kláru zpět domů.



Obr. 3



Obr. 4

4. 3. Další známá baletní díla

Sněhurka – měla premiéru 17. 5. 1956 v Státním divadle Karlín v Praze. Hudbu složil Zbyněk Vostřák.



Obr. 5

Spící krasavice – měla premiéru 16. 1. 1890 v Mariinském divadle v Petrohradě a hudbu složil Petr Ilijč Čajkovskij.



Obr. 6

Bajadéra – měla premiéru 4. 2. 1877 v Mariinském divadle v Petrohradě. Hudbu složil Ludwig Minkus.



Obr. 7

Romeo a Julie – 30. 12. 1938 v Brně. Hudbu složil Sergej Prokojev.



Obr. 8

Kráska a zvíře – měla premiéru 20. 12. 1949 v Sadler's Wells Theatre v Londýně a hudbu složil Maurice Ravel.



Obr. 9

Červené střevíčky – toto baletní dílo mělo premiéru roku 1898 ve Vídni. Hudbu složil Raoul Mader.



Obr. 10

5. Nejznámější baletní skladatel

Petr Iljič Čajkovskij (1840 – 1893)

Narodil se 7. května roku 1840 v Kamsko – Votkinsku. Už v šesti letech uměl číst francouzsky a německy, jako sedmiletý psal básničky ve francouzštině a chodil na hodiny klavíru. V roce 1850 začal navštěvovat Sankt Petěrburgskou školu práv a roku 1859 se stal úředníkem na ministerstvu spravedlnosti. Od roku 1862 studoval na nově otevřené petrohradské konzervatoři. V následujícím roce zanechal Čajkovskij práce na ministerstvu, aby se mohl plně věnovat studiu na konzervatoři. Po čtyřech letech úspěšně dokončil petrohradskou konzervatoř a odešel vyučovat na Moskevskou konzervatoř. Na moskevské konzervatoři působil dvanáct let a věnoval se komponování. Během let 1869 až 1875 složil tři opery a v roce 1872 se stal hudebním kritikem časopisu Ruskije vědomosti. V roce 1877 měl ve Velkém divadle v Moskvě premiéru balet Labutí jezero. Roku 1877 vyznala Čajkovskému svoji lásku Antonina Miljukova, jedna z jeho studentek, která mu pohrozila sebevraždou, pokud si ji nevezme. V této době byl Čajkovskij ponořen do své práce na Eugenovi Oněginovi a nebyl schopen odmítnout takovýto požadavek tak krutým způsobem, jakým Oněgin odmítl Taťánu. Oženil se, ale po katastrofických devíti týdnech se s Antoninou rozešel. Po této situaci se nervově zhroutil, a aby se zotavil, přestěhoval se do Švýcarska a později do Itálie. Antoninu finančně podporoval až do konce svého života. V této době se Čajkovskij stal uznávaným v Rusku, ve Velké Británii a ve Spojených státech amerických. V letech 1888 a 1889 působil jako dirigent v rámci turné v Německu, Francii a v Anglii. Po uvedení Spící krasavice roku 1890, odjel do Florencie. V roce 1892 se nesl ve znamení premiéry Louskáčka. Roku 1893 získal na univerzitě v Cambridgi čestný doktorát za hudbu. Šestou symfonii, kterou začal skládat ještě roku 1891, ale práci na ní přerušil a dokončil roku 1893. Měl pocit, že je to jeho nejlepší díl, ale kritika lidí byla jiného názoru. O několik dní později umírá na cholera. Díky Čajkovskému získala baletní hudba postupem času takové postavení, jaké nikdy předtím neměla. Čajkovskij ze všeho nejvíce miloval hudbu, na kterou bylo možné tancovat, například Mozartovu. Skladatel Mozart byl jedním z jeho oblíbenců. Čajkovského hudba, svou bohatostí vyzývá k pohybovému ztvárnění. Čajkovskij je častým a oblíbeným zdrojem inspirace choreografů.



Obr. 11

6. Známa česká primabalerína

6.1. Olga Skálová

Olga Skálová, známá česká primabalerína, se narodila 25. 4. 1928 v Brně. Svou uměleckou kariéru začala v Brně, pak ale přešla do Prahy roku 1952. Olga působila jako všestranná baletní heroína (nejlepší tanečnice), představitelka hlavně statečných energických a mravně silných žen. Měla úžasně dokonalou technickou průpravu a vynikající tělesné dispozice. Choreograf Jiří Němeček vytvořil v Praze její nejznámější role. Mezi její nejznámější role patřily Odetta a Odilie v Labutím jezeře, role v Prokofjevových baletech, Zobeida v Rimského – Korzakově Šeherezádě atd. Velmi cenné byly i role od choreografa Jiřího Blažka kde ztvárnila Frigie v Chaučaturjanově Spartaku, Mefistofela v Doktoru Faustovi apod. Baletila i se svým manželem Viktorem Malcevem, který ztvárnil Desdemona v Othellovi. Mnohokrát také hostovala v zahraničí a angažovala se i ve Svazu dramatických umělců. V 70. letech se začala přeměňovat na vlastní choreografickou činnost. Později se vrátila do Brna a začala působit jako profesorka klasického tance na konzervatoři. V brněnské škole Ivo Váni Psoty získala taneční vzdělání a po té absolvovala půlroční stáž ve Velkém divadle v Moskvě u Sulamit Michailovny Messererové (1956). Členkou nově otevřeného Lidového divadla se stala v patnácti letech. Do brněnského Státního divadla nastoupila po válce a od roku 1949 se stala sólistkou Státního divadla. V Lidovém divadle působila za tak zvané „Psotovy éry“, kde se jí dostalo vynikajícího pedagogického vedení. Po Psotově smrti odešla do Národního divadla v Praze. V Národním divadle byla její osobnost často charakterizována jako vzácný typ baletní heroiny. Olga vystupovala na řadě světových scén. Je držitelkou několika ocenění. Mezi její ocenění patří například: Čestné uznání za roli Odetty (1950), Státní cena Klementa Gottwada (1956). V roce 1968 byla jmenována zasloužilou umělkyní (jako první tanečnice vůbec). Olga byla činná i po tvůrčí stránce. Jako choreografka nastudovala s Jiřím Němečkem Labutí jezero a s Lubošem Ogounem spolupracovala v Brně na uvedení Popelky (1982), Spící krasavice (1984) a Z pohádky do pohádky (1968). V Brně uvedla své choreografie a to taneční ztvárnění Adagia ze Sukovky Srenády Es Dur a romantická choreografie Paquita (obojí 1979). V letech 1975 – 77 byla Olga baletní mistryní brněnského baletu a od roku 1977 do roku 1989 byla šéfkou baletu. Od roku 1975 vyučovala na

Taneční konzervatoři v Praze a na Taneční konzervatoři v Brně, kde byla jmenována ředitelkou školy v letech 1983 – 1986.

Roku 1996 jí byla udělena Cena Thálie za celoživotní dílo. V letech 1999 - 2000 dostala ocenění organizace Who's Who. Prvním manželem Olgy Skálové byl Viktor Malcev.



Obr. 12



Obr. 13

7. Baletní oblečení

7. 1. Baletní trikot



Obr. 14

7. 2. Balerína



Obr. 15

7. 3. Špičky



Obr. 16

7. 4. Cvičky (piškoty)



Obr. 17

8. Nejzákladnější baletní technika

8. 1. Baletní pozice

Baletní pozice jsou rozděleny na pět částí:

První pozice – vytočené nohy ideálně do úhlu 180°, špičky nohou od sebe, paty a kolena u sebe.



Obr. 18

Druhá pozice – nohy maximálně vytočené, mezera mezi patami na délku chodidla.



Obr. 19

Třetí pozice – nohy vytočené, jedno chodidlo předsunutě tak aby zakrývalo polovinu druhého chodidla.



Obr. 20

Čtvrtá pozice – nohy vytočené, jedna noha předsunutá, chodidla se vzájemně překrývají, ale je mezi nimi mezera na délku chodidla.



Obr. 21

Pátá pozice – nohy vytočené, jedna noha před druhou, pata jedné nohy se překrývá se špičkou druhé nohy.

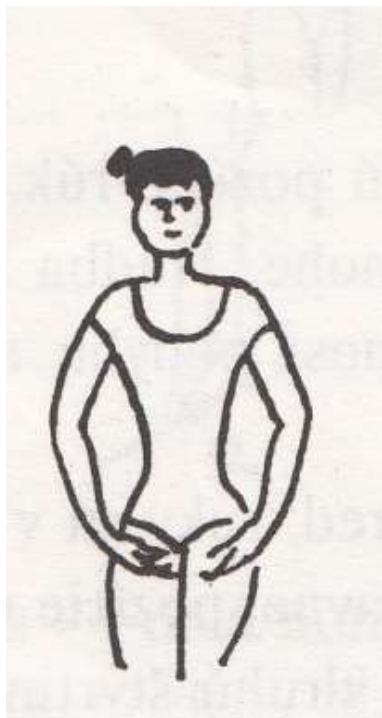


Obr. 22

8. 2. Pozice rukou

Existuje více možných pozic rukou, ty základní pozice jsou ale tři. Poloha rukou má v klasickém tanci velký význam. Dokresluje zakončení póz a pomáhá při technice a při skocích.

Přípravná pozice – v této pozici jsou ruce spuštěné dolů. Jsou před hrudníkem, ale nedotýkají se jej. Lokty jsou mírně pokrčené a směřují ven. Celé paže vytvářejí elipsu. Dlaně směřují nahoru.



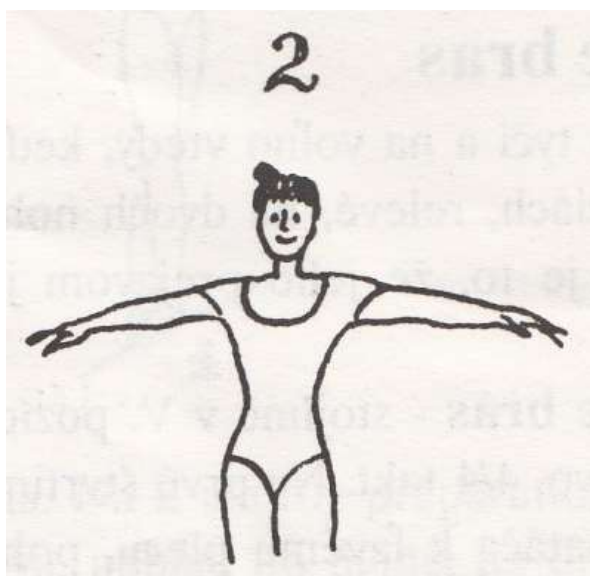
Obr. 23

První pozice – určuje směr dopředu. Ruce jsou zdvihnuty do výše pasu, jsou jakoby ve výši pupíku, ne výš ani níž. Je nutné držet ruce ve správné poloze, jelikož v této poloze jsou pevné boční svaly a svaly paží až po loket, které drží hrudník. Toto držení je potřebné pro točení piruet, při skocích a jiných složitějších prvcích.



Obr. 24

Druhá pozice – určuje směr v bok. Ruce jsou otevřené ve výši plic, svírají úhel 180°. Lokty jsou mírně pokrčené a tím celé paže vytváří mírný oblouk. Dlaně jsou vytočené mírně dopředu. Důležité je nezvedat ramena.



Obr. 25

Třetí pozice – určuje směr nahoru. Představuje elipsu nad hlavou. Lokty směřují do stran. Dlaně nesmí padat dolů. Ruce jsou sice nad hlavou, ale nad temenem, spíše nad čelem. Pokud se baletka dívá dopředu s rukama v této pozici, měla by periferně vidět na malíčky od rukou. Tvář z profilu by neměla být zakryta.



Obr. 26

Pozice dlaní – dlaně jsou zaoblené. Prsty jsou u sebe, napnuté, ale ne křečovitě. Prostředníček je mírně vnořený do dlaně a palec je schovaný v dlani.



Obr. 27

9. Moje zkušenosti s baletem

Obecně tancuji od čtyř let. Od čtyř let chodím do Soukromé základní umělecké školy Blansko. Od čtyř do šesti let jsem tancovala v přípravném tanečním kroužku. Od šesti do osmi let jsem chodila do stepu, a pak se mi zalíbil balet, a hlavně špičky, na kterých baletky baletily. A tak od osmi let až do současnosti chodím do baletu a věřím, že mě tento krásný styl tance nikdy neomrzí. Kromě těchto specifických tanečních stylů celých jedenáct let chodím kroužku taneční průpravy, kde střídáme různé druhy tanců – moderní, scénický i lidový. Moje začátky na špičkách byly úplně jiné, než jsem si myslela, že budou. Myslela jsem si, že hned jak nastoupím do baletu, budu stát na špičkách. Mýlila jsem se ale. Musela jsem si počkat dva roky, abych mohla poprvé stoupnout na špičky. Začátky na špičkách byly hodně těžké, ale postupně jsem si zvykla. Doufám, že když nastoupím na střední školu, nebudu muset zanechat tohoto krásného koníčku.



Obr. 28



Obr. 29



Obr. 30

10. Závěr

Doufám, že jsem vám tento krásný koníček trošku přiblížila. Na závěr bych chtěla poděkovat mé rodině za podporu. Také bych chtěla poděkovat mým kamarádkám z baletu za poskytnutí rad, paní učitelce z baletu za cenné rady a hlavně bych ze všeho nejvíce chtěla poděkovat mé konzultantce, paní učitelce Michaele Matějkové za cenné rady, podporu a výdrž, kterou se mnou měla po celou dobu vypracovávání mé ročníkové práce.

Resumé

For my coursework I chose the topic Ballet. I focused on the history and technique of ballet. The first part of my coursework is about the ballet performances. The second part of my coursework is about the famous ballet composers and next part of my coursework is about the technique of ballet. I also mentioned about my relationship to ballet. Very interesting for me was the information about Pyotr Ilyich Tchaikovsky and history of ballet. I have learnt many interesting information about this topic by writing my coursework.

Seznam použité literatury

Olga Skálová – Eugenie Dufková, 1988

Abeceda baletu – Darcey Bussellová, 1995

Balet nás baví, první kniha o baletu pro děti i rodiče - Anna Novotná, ilustroval Jiří Votruba, 2010

Zdroje

vlastní zkušenosti

<http://balet.netstranky.cz/>

<http://www.balladine.cz/zakladni-pozice-rukou/>

<http://www.balladine.cz/zakladni-pozice-nohou/>

Obrázky

Obr. 1 - <http://probaletky.blog.cz/1203/baletky-4>

Obr. 2 - vlastní zdroj

Obr. 3 - vlastní zdroj

Obr. 4 - vlastní zdroj

Obr. 5 - <https://www.novinky.cz/vase-zpravy/moravskoslezsky-kraj/ostrava-mesto/1227-27571-snehurka-a-sedm-trpasliku-se-vraci-do-ostravy.html>

Obr. 6 - <https://operaplus.cz/brna-se-vraci-cajkovskeho-spici-krasavice-inscenatori-pry-dbali-puvodni-choreografii-petipy/>

Obr. 7 - <http://www.svetlanazakharova.estranky.cz/clanky/balety--ve-kterych-tancila/bajadera.html>

Obr. 8 - https://www.ticketportal.cz/event/ROYAL_RUSSIAN_BALLET_Romeo_a_Julie

Obr. 9 - <https://baletky.webgarden.cz/rubriky/fotografie-a-deje-baletu-ch-o/kraska-a-zvire>

Obr. 10 - <http://iviska.blog.cz/0903/rude-spicky>

Obr. 11 - vlastní zdroj

Obr. 12 - <http://www.ndbrno.cz/o-divadle/online-archiv/skalova-olga>

- Obr. 13 - <http://archiv.narodni-divadlo.cz/ArchivniDokumentFotografie.aspx?ad=20987>
- Obr. 14 - https://www.decathlon.cz/baletni-trikot--id_8352265.html
- Obr. 15 - <http://www.grishkobrno.cz/tanecni-obleceni/sukne/balerina-damska-s-kalhotkami-4-vrstvy-1490-kc>
- Obr. 16 - <https://www.dance-shop.cz/zeny/damska-tanecni-obuv/spickynabalet/>
- Obr. 17 - <http://www.grishkobrno.cz/tanecni-obuv/piskoty/piskoty-tempo-platene>
- Obr. 18 -
https://cs.wikipedia.org/wiki/Pozice_nohou_v_baletu#/media/File:Premi%C3%A8re_pointes.PNG
- Obr. 19 -
https://cs.wikipedia.org/wiki/Pozice_nohou_v_baletu#/media/File:Seconde_demipointes.PNG
- Obr. 20 - https://cs.wikipedia.org/wiki/Pozice_nohou_v_baletu#/media/File:Ballett3.Position.JPG
- Obr. 21 -
[https://cs.wikipedia.org/wiki/Pozice_nohou_v_baletu#/media/File:Quatri%C3%A8me_demipointes.P
NG](https://cs.wikipedia.org/wiki/Pozice_nohou_v_baletu#/media/File:Quatri%C3%A8me_demipointes.PNG)
- Obr. 22 - https://cs.wikipedia.org/wiki/Pozice_nohou_v_baletu#/media/File:Ballett5.Position.JPG
- Obr, 23, 24, 25, 26 - http://www.balladine.cz/wp-content/uploads/2012/01/Pozice_rukou_2.jpg
- Obr. 27 - http://www.balladine.cz/wp-content/uploads/2012/01/Pozice_rukou_1.jpg
- Obr. 28 - vlastní zdroj
- Obr. 29 - vlastní zdroj
- Obr. 30 - vlastní zdroj