

初心者のための バレエ用語講座

—センターレッスン編—

文／藤井由乃 イラスト／マギー武市

ピルエット

1 ピルエット・アン・ドウオール
ピルエットは「旋回」という意味です。右足後ろ4番のドウミ・プリエから、両足で踏みきって左足のポアントに立ち、右足を前のルティレにして、右（身体の外側）に回転します。



もあります。



アレグロ

1 シャンジュマン



センターレッスンはアダージオから始まり、タンデュ、デガジエ、グラン・バットマンと進んでいきます。ここまではバーの動きをそのまま確認するエクササイズなので、説明は省きます。次のピルエットから順に、レッスンの流れに沿って用語を見ていきましょう。わからない言葉があるときは、前号のバレエレッスン編を参照してください。

2 ピルエット・アン・ドウダン
右足前4番で、ドウミ・プリエをした前足に体重をのせて、回転の準備をします。そして左足を横のアン・レールに出し、前のルティレに持つていくと同時に右足のポアントに立って、右（身体の内側）に回転します。横アン・レールに足を伸ばす（フエツテ）のではなく、すぐにルティレに持つていってすばやく回転する場合は

英語で言えばチェンジ。5番から両足で踏みきって跳び、足の前後をチェンジして両足で着地

します。バレエレッスンのフラッペの時、床をつま先でしっかりとつかむ練習ができていれば、アレグロの早いジャンプも柔らかく軽やかに行うことができます。

2 アントルシャ

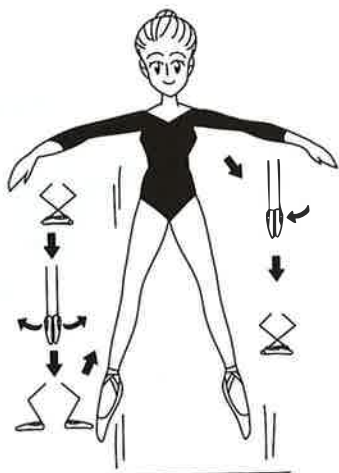
アントルシャに続く語は、両足がジグザグに描く線の数を示します。アントルシャ・カトル（フランス語で4）の場合、右足前5番から両足で踏みきって跳び、①足をちよつと開いて②右足後ろの5番で打ち合わせ、③また足をちよつと開いて④右足前の5番に着地するので、4つのジグザグになります。シユル・ル・ク・ドウ・ピエに下りる場合は、ジグザグがひとつ増えるので、アントルシャ・サンク（5）となります。但し、右足前5番から跳んで、そのまま右足前5番で打ち合わせ、右足後ろの5番に下りる場合は、アントルシャ・トロワ（3）とは言わず、ロワイヤルと言います。



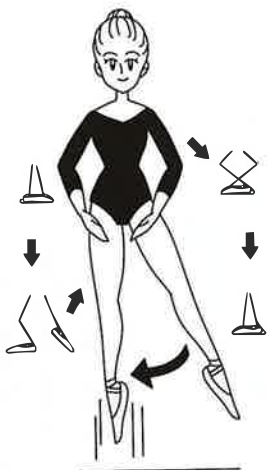
3 エシヤペ

5番から両足で踏みきって跳び、2番か4番に両足で着地して、また両足で踏みきって元の5

番に戻ります。跳ばずにポアントやドウミ・ポアントの2番や4番に立つこともあります。



4 アッサンブレ



「集める」という意味です。右足後ろの5番から、右足を横にすべり出させ、左足で踏みきつ

て跳び、右足前の5番に着地します。「集める」

パですから、足を出して跳ぶことよりも、その足を5番に「集めて」着地することに重点を置かなくてはなりません。また、アッサンブレをした後、そのまま5番に両足を揃えたまま跳ぶことがよくありますが、このパをスーブルソーといいます。

5 ブリゼ

右足後ろの5番から、右足を斜め前に滑りださせ、左足で踏みきって、右足前の5番で両足を打ち合わせ、足を入れ替えて右足後ろの5番に着地します。後ろに行ったり、シユル・ル・ク・ドウ・ピエに着地したりすることもあります。

6 ジュテ

アッサンブレと似ていますが、着地の時に後ろの足をシユル・ル・ク・ドウ・ピエにします。また、その着地のポーズのまま跳んで、同じポーズに戻るパのことをタン・ルベといいます。

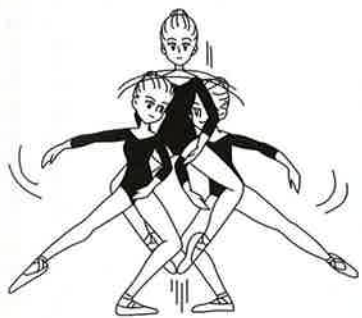
7 パ・ドウ・シヤ

四羽の白鳥で有名ですね。5番後ろの右足をシユル・ル・ク・ドウ・ピエからルティレにもつていき、左足で踏みきって跳びます。そして空中でつま先同士を触れ合わせ、右足、左足の順に左足前の5番に着地します。「シヤ」は「猫」のことですから、跳びあがり、着地が素早く、それでいて柔らかくなくてはなりません。両足がばらつかないように注意しましょう。

「ボールのように膨らんだ」という意味です。片足を前や後ろ、横に蹴り上げながらもう片方の足で踏みきって跳び、踏みきった足はドゥミ・プリエに、蹴り上げた足はシュル・ルク・ドウ・ピエに下りるパです。大きく膨らんでしぼむように、動きにメリハリをつけましょう。

9 バロネ

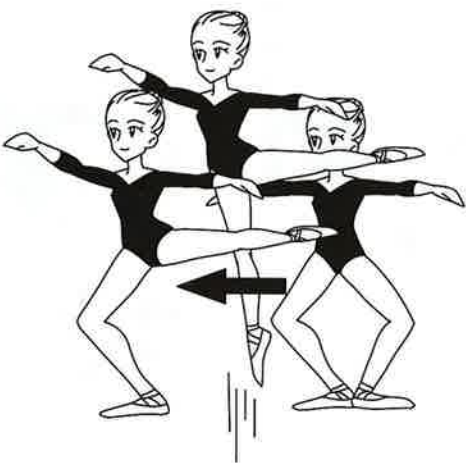
右足前の5番から両足を揃えたまま跳び、空中で両膝を曲げてつま先を触れ合わせます。そして右足は右斜め前に伸ばし、左のドゥミ・プリエに下ります。続いて左足で踏みきって跳び、再び両つま先を触れ合わせてから、今度は左足を斜め後ろに伸ばして、右のドゥミ・プリエに下ります。バロネは「前後に揺れる」という意味で、フランスでは「ジユテ・パトール（小船のジユテ）」と呼ばれます。小船が波に揺れるように上体を動かします。



グラン・ワルツ

1 シンソヌ

5番ドゥミ・プリエから跳躍して、空中で両足を前後に開きます。そのままアラベスクに下りるパをシンソヌ・ウーベルト、着地してからアラベスクの足をすぐに5番に引きつけるパをシンソヌ・フェルメといえます。前だけでなく、後ろや横に進むシンソヌもあります。



2 グラン・ジユテ

右足を前にグラン・バットマンしながら、左足で踏みきって前に高く跳び、左足をアラベスクまたはアチチュードにして、そのまま着地します。ジユテはもともと「投げる」という意味。バレエでは片方の足からもう片方の足に、重心



を投げ渡すことを示します。グランは「大きい」という意味ですから、弧を描くように、大きく重心を移動させて下さい。

ここで補助的なパを確認しておきましょう。トーンベ・ドウ・ドゥミ・ブレイグリスサード・グラン・ジユテというのが基本的なアンシエヌマン（動きの連続）です。プレパライオンから、軽いジャンプと共に後ろの右足をデヴロツペで前に出し、その足に落ちるように重心を移し、左足は後ろに伸ばします（トーンベ「落ちる」）。その左足を5番に引きつけ、押し出された右足を横に出して2番に立ち、さらに左足前の4番ドゥミ・プリエに下ります（パ・ドウ・ブレ「詰め込む」）。続いて右足を横に滑り出させ、左足で踏みきって低く跳び、右足のドゥミ・ブ

を続けます。ピケは「突き刺す」の意。ピンと伸びた足を床に突き刺して進む、シャープな回転です。



2 シエネ

「鎖」という意味の言葉です。小さい2番で立ったまま、軸を左右に移しながら半回転を繰り返し、鎖状の軌跡を描いて進みます。

レヴェランス

レッスンを締めくくる挨拶です。呼吸を整えながら美しく挨拶しましょう。

* * *

これでレッスンはすべて終了。バレエ用語を身近に感じる事ができたでしょうか？ 用語には動き本来の意味が隠されています。新しい用語に出会ったときは、「どういう意味だろう？」とぜひ疑問をもってください。バレエの世界がさらに広がりますよ。

リエに下りたら、左足を4番前のドゥミ・プリエに引きつけます（グリッサード「滑る」）。そしてグラン・ジユテに入ります。ここではパ・ドウ・ブレ、グリッサードの終わりが、次のパにつなげる為に4番になっていますが、単独で行われる場合は5番で終わります。

3 ジユテ・アントルラセ

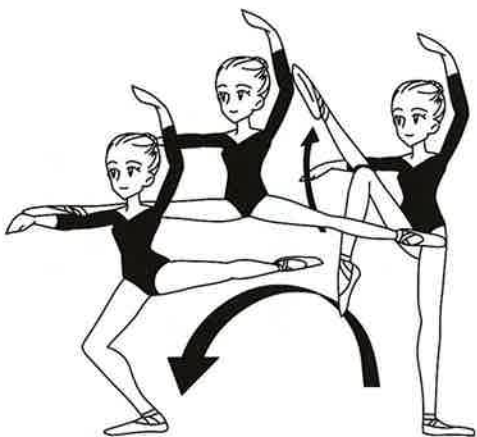
ルルベヤピケ（床に突き刺すように立つ）アラベスク、またはアラベスク・ソテ（一歩踏み出してアラベスクのまま跳ぶ）から始めます。続いて助走をつけるためにグリッサードかシャッセ（前の足に後ろの足を引きつけて跳ぶ）をし、アントルラセに入ります。アントルラセは「交差する」という意味。右足で4番前にグラン・バットマンしながら左足で踏みきって跳び、空



トワール

1 ピケ

デガジェした右足にポアントで立ち、左足はルティレカシュル・ルク・ドウ・ピエで内回りに回転します。そして身体が進行方向に向き直る直前に左足に下り、再びデガジェをして回転



中で右足をその場所で保ったまま身体を左に半回転させ、左足を後ろにグラン・バットマンして両足を交差させます。そして左足はアラベスクに保ったまま、右足のドゥミ・プリエに着地します。

4 グラン・パ・ドウ・シャ

グラン・ジユテでは前の足をグラン・バットマンで出しましたが、デヴロツペで出す場合は、グラン・パ・ドウ・シャと呼びます。