



Jacqueline Challet-Haas
**GRAMÀTICA
DE LA NOTACIÓ LABAN**

Volums 1 i 2

**LA SIMBOLITZACIÓ DEL
MOVIMENT DANSAT**



Diputació
Barcelona

Institut del Teatre

Jacqueline Challet-Haas és professora de dansa i del sistema de notació del moviment de Rudolf Laban. Va estudiar la notació Laban amb Diana Baddeley-Lange i Albrecht Knust, deixeble de Rudolf Laban, i l'ha ensenyada a l'École supérieure d'études de choreographie de París, a la Universitat de París IV i a la Universitat de París VIII.

El 1990 va dissenyar el pla d'estudis de notació Laban al Conservatoire National Supérieur de Musique et Danse de París, on hi ha ensenyat fins al 2003.

Membre experta del Internacional Council of Kinetographie Laban (ICKL) i directora del Centre National d'Écriture du Mouvement (CNEM), és autora de *Manuel pratique de danse classique* (1979), *La danse, les principes de son enseignement aux enfants* (1983) i *Terminologie de la danse classique* (1985) i ha traduït *Principles of classical ballet*, d'A. Vaganova, i *The mastery of movement i Modern educational dance*, de R. Laban.

Yvette Alagna, autora del grafisme dels símbols, va estudiar la cinetografia Laban amb Jacqueline Challet-Haas a l'École supérieure d'études de choreographie. Ha elaborat, amb un programa informàtic d'arquitectura, biblioteques de símbols i un manual de creació de partitures a fi d'obtenir una escriptura ràpida, precisa i estètica, anomenat mètode GraphLaban. Ha participat en la creació de diverses obres de difusió, algunes de les quals han estat traduïdes al català.

Agustí Ros Vilanova, traductor de l'obra, és professor de notació Laban al Conservatori Superior de Dansa de la Diputació de Barcelona i al Conservatorio Superior de Danza d'Alacant. Ha estat deixeble de Jacqueline Challet-Haas a París i d'Odette Blum, del Departament of Dance de l'Ohio State University. La seva carrera de dansa ha estat influenciada pel coneixement de la notació Laban, de manera que la seva principal activitat professional és difondre-la, convençut dels beneficis de l'estudi d'una eina útil per a la memòria de la coreografia, l'estructuració de la composició coreogràfica i la pedagogia de la dansa.

COL·LECCIÓ
MATERIALS PEDAGÒGICS

10

Jacqueline Challet-Haas
**GRAMÀTICA
DE LA NOTACIÓ LABAN**
Volums 1 i 2

**LA SIMBOLITZACIÓ DEL
MOVIMENT DANSAT**



Diputació
Barcelona

| Institut del Teatre

**Institut del Teatre
de la Diputació de Barcelona**

Director: Jordi Font

Títol original: *Grammaire de la notation Laban*. Volumes 1 et 2, de Jacqueline Challet-Haas
© CND. Centre National de la Danse, Pantin 1999

Títol original: *Symbolisation du Mouvement Dansé* (SMD)
© Jacqueline Challet-Haas 2004
Primera edició: CNEM. Centre National d'Écriture du Mouvement, París 2004

© de la traducció: Agustí Ros i Vilanova 2008

Dibuixos: Yvette Alagna

Primera edició: octubre 2010
© d'aquesta edició: Institut del Teatre de la Diputació de Barcelona
Plaça Margarida Xirgu, s/n. 08004 Barcelona
Telèfon: 932 273 900
i.teatre@diba.cat
www.institutdelteatre.cat

Disseny gràfic i maquetació: Artefacto
Producció: Direcció de Comunicació de la Diputació de Barcelona
Impressió i enquadernació: SA de Litografia
Dipòsit legal: B-35297-2010
ISBN: 978-84-9803-391-5

En aquest manual s'utilitzen els signes i les regles d'escriptura de l'«Alphabet of basic Symbols» de Rudolf Laban, amb l'aprovació de Miss Lisa Ullman, la seva executora testamentària.

Il·lustració de la coberta
Detall de l'estampat del vestit oriental de la dansa d'*Anitra*, d'Edvard Grieg, 1920.
Dibuix: Tórtola Valencia
Fons: Institut del Teatre
MAE. Centre de Documentació i Museu de les Arts Escèniques

GRAMÀTICA DE LA NOTACIÓ LABAN
LA SIMBOLITZACIÓ DEL MOVIMENT DANCAT
SUMARI

11

Presentació

17

La dansa que fa parlar la dansa

23

Gramàtica de la notació Laban. Volum 1

25 Introducció

27 El pentagrama

29 Els signes de direcció

37 El suport i la transferència

42 Els gestos de la cama

44 El salt

47 Els gestos del braç

49 El signe de posició

54 La volta eix

58 La rotació

60 Els signes d'amplitud

66 Els signes de recolzament del peu

69 El trajecte sobre un cercle

74 Els signes del cos

80 El centre de gravetat

82 Els signes de relació

84 Els signes de pausa

87 Els signes d'anul·lació

89 Els signes de posició

95 Els signes de força o accents

98 Els signes de repetició

101 Els signes marginals

105 El traçat del trajecte

113

Gramàtica de la notació Laban. Volum 2

115 Introducció

117

Primera part: nocions complementàries

118 El pentagrama

120 Les transferències de pes

127 Les voltes, la rotació

137 Els arcs verticals

146 Els recolzaments del peu

153 L'amplitud

163 Els sistemes de referència: les creus dels eixos

169

Segona part: els moviments de les parts del cos

170 El tronc i els seus moviments

178 Els moviments del tòrax i de la pelvis

184 Els membres

195 El cap

200 La noció del centre de gravetat

207

Tercera part: transferències i girs sobre les parts del cos

208 Agenollar-se

213 Assure's

217 Ajeure's

223 Les transferències compostes

227

Quarta part: els moviments de conjunt

228 L'organització d'una partitura

233 Les indicacions preliminars i complementàries

241 Les nocions adjacents del trajecte

251 Els moviments de grup

265

La simbolització del moviment dansat

267 Introducció

269 L'acció en general

272 El trajecte, el camí recorregut

274 La direcció d'una acció

276 La direcció del trajecte

278 La volta, l'orientació

281 El salt

| | |
|-----|--|
| 283 | Encongir-se, estirar-se, encorbar-se |
| 286 | Aproximar-se, allunyar-se, abastar |
| 288 | Les indicacions de lloc |
| 290 | Els signes del cos |
| 292 | La noció de relació |
| 294 | Els recolzaments múltiples |
| 296 | Les altres formes de volta |
| 299 | Les iniciacions dels moviments o conduccions |
| 301 | La noció de dinàmica |
| 304 | Conclusió |

305

Bibliografia

GRAMÀTICA DE LA NOTACIÓ LABAN LA SIMBOLITZACIÓ DEL MOVIMENT DANSAT **PRESENTACIÓ**

El llibre

11

Des de l'inici dels estudis superiors de dansa a Catalunya i a l'Institut del Teatre, l'any 2001, ha estat una llarga aspiració disposar d'un material pedagògic que reunís el saber sobre la notació de la dansa i en concret de la notació Laban. Es va veure la necessitat de disposar de textos reconeguts internacionalment sobre la matèria.

Aquest llibre, doncs, és la compilació de tres textos sobre la notació Laban, escrits per Jacqueline Challet-Haas, una de les expertes internacionals de més renom. Les seves pàgines mostren la manera d'usar els símbols gràfics de l'alfabet Laban, aplicables al moviment del cos humà. El llibre presenta l'alfabet, les regles gramaticals i la sintaxi del sistema. Cada un dels tres textos compleix un objectiu determinat. Així, la GRAMÀTICA DE LA NOTACIÓ LABAN 1 presenta els fonaments del sistema d'una manera elemental. La GRAMÀTICA DE LA NOTACIÓ LABAN 2 els complementa i els aprofundeix. Els dos primers textos, doncs, analitzen detalladament el moviment del cos humà. LA SIMBOLITZACIÓ DEL MOVIMENT DANSAT és un text que mira el sistema no des del detall sinó des de la globalitat, i és aplicable en els àmbits de la improvisació, la creació i la composició.

L'edició d'aquests materials en un sol llibre és una poderosa eina pedagògica que ha de permetre a aquells que estiguin interessats en l'anàlisi del moviment, ja sigui en l'àmbit de la dansa o del teatre, en l'escriptura o la reconstrucció, tenir una perspectiva àmplia, detallada i transversal sobre totes les manifestacions del moviment del cos humà.

Els orígens de la traducció del llibre al català

El projecte de traducció va començar a fer-se realitat quan vàrem iniciar un diàleg amb l'autora, Jacqueline Challet-Haas, i amb el Centre National d'Écriture du Mou-

vement (CNEM). La conclusió fou que calia partir d'uns quaderns originals d'aquest llibre –el CNEM els havia difós anteriorment en línia amb els seus objectius d'afavorir l'ensenyament, la difusió i l'aplicació pràctica de la notació Laban. Finalment, en col·laboració amb el Centre National de la Danse que els havia editat i al qual cal agrair la seva disponibilitat, ha estat possible la traducció i la publicació de tots tres textos al català.

Capítol a part mereix la col·laboració amb Yvette Alagna, que és qui ha realitzat els dibuixos a través del programa informàtic GraphLaban.

Gràcies a totes les persones implicades, avui podem oferir als alumnes de l'Institut del Teatre i al públic en general uns textos cabdals sobre la notació Laban, fins ara inèdits a l'Estat espanyol.

12

L'encontre

L'any 1978, vaig residir a París amb l'objectiu d'ampliar la meua formació de dansa. Vaig tenir l'oportunitat de conèixer la notació Laban a través de Jacqueline Challet-Haas, deixeble d'Albrecht Knust, ell mateix col·laborador directe de Laban.

Va ser un dia de gener d'aquell any que vaig entrar a la llibreria de dansa del carrer Bonaparte de París. Aquella llibreria, coneguda per tota la gent de la dansa, era dirigida per Mme. Gilberte Cournand (llibretera, galerista i crítica de dansa). Entre muntanyes de llibres, tenies la possibilitat de saber tot el que passava en el món de la dansa, des de les anècdotes banals fins als esdeveniments de més relleu.

Vivament interessat per un llibre de Laban, vaig demanar a Mme. Cournand si sabia d'algú que em pogués donar classes de notació. Immediatament em va donar el telèfon de Jacqueline Challet-Haas. Hi vaig contactar. Ens vàrem posar d'acord i vaig seguir un curs per correspondència, que aviat es va convertir en un curs meravellós de classes particulars. La relació ha continuat al llarg dels anys a través del Centre National d'Écriture du Mouvement (CNEM), de l'European Seminar of Kinetography (ESK) i de l'International Council of Kinetography Laban (ICKL), associacions locals i internacionals que vetllen pel desenvolupament del sistema.

La continuació d'aquesta història s'ha anat desencadenant per diferents llocs del món, i m'ha sorprès la gran quantitat de persones més o menys vinculades al sistema Laban de notació: coreògrafs, ensenyants, fisioterapeutes, etnòlegs, antropòlegs, crítics de dansa, investigadors, científics, etc.

Els valors de la notació

Val a dir que la notació permet ser més conscient, no solament de la tècnica i de l'estil de moviment, sinó també del pensament transversal que sustenta la pràctica del moviment del cos humà –un punt de vista necessari per fer les paus entre les diverses faccions del món de la dansa, preocupades més en les diferències que no pas en les semblances. Gràcies a la notació es pot observar amb nitidesa el diàleg intens que hi ha entre les diferents maneres de practicar la dansa. Estils i tècniques, personals o col·lectives, formen part d'un tronc comú que es fa evident a partir de la notació.

La notació permet connectar tres àmbits que normalment són difícils de fer coincidir: el pensament, l'execució i l'escriptura.

D'una banda, el pensament volàtil de la dansa s'omple de somnis impossibles com les figures corporals que volen contra la tossuda realitat de la gravetat, o bé de cames que s'enlairen més amunt de les possibilitats anatòmiques. D'altra banda, l'execució de la dansa s'impregna de la passió del moment i és fàcil confondre allò subjectiu d'allò objectiu, de manera que, per exemple, els moviments poden variar de velocitat gràcies a l'alteració del flux sanguini.

13

No és sinó dialogant amb els símbols gràfics que es pot prendre consciència de l'execució del moviment perquè permet reflexionar, és a dir: tornar a «flexionar» la ment i, sobretot, adaptar-hi el cos tantes vegades com sigui necessari fins a fer coincidir la idea amb la realitat.

L'art dramàtic i la música disposen de textos propis per exercir el seu ofici. El text és el punt des del qual comença a caminar la llibertat de l'intèrpret. Normalment l'autor i l'intèrpret es posen d'acord a través del text o de la partitura, amb un gran estalvi de temps i d'energia. La notació Laban neix amb l'esperit d'oferir un text no tan sols per a la memòria, sinó també per definir on acaba l'autoria i on comença la interpretació. Val a dir que la notació no exclou les noves tecnologies d'infinites possibilitats. Senzillament les complementa i obre un diàleg ric i ple de possibilitats on cadascuna té una funció pròpia.

La teoria de Laban

La notació coreogràfica és només una part del llegat teòric de Laban. Les investigacions que va realitzar sobre l'esforç energètic del cos humà i sobre la cristal·lografia formen un conjunt. Les tres branques anomenades: Kinetography o Cinetografia (Es-criptura del moviment), Effort Shape (Dinàmica) i Choreutics (Harmonia de l'Espai)

formen un tot. Els textos que es presenten aquí no són sinó una tercera part d'aquest conjunt.

Seria desitjable que l'estudi de tot el llegat Laban pogués ser algun dia una realitat a l'Institut del Teatre, ja que des de la publicació dels primers quaderns, l'any 1926, el seu pensament no ha deixat de fecundar noves aplicacions en els territoris en què el moviment del cos humà és motiu d'estudi.

Espero que aquesta obra desvetlli l'interès per la notació del moviment.

Agustí Ros i Vilanova

Nota del traductor

La majoria dels noms dels passos de dansa s'han deixat en la llengua original, el francès, ja que són termes àmpliament coneguts en la comunitat de la dansa.

Les notes del text, sense crida, figuren al final del capítol, del subcapítol o del paràgraf del tema que tracten, llevat de les notes de les pàgines 165 i 167 lligades molt directament a la figura que els correspon.

La numeració de les figures i dels paràgrafs segueixen un ordre independent en cada un dels tres textos.

En memòria de Théodore d'Erlanger, fundador de l'École supérieure d'études chorégraphiques,
que va dirigir durant quinze anys, de 1955 a 1970.

Jacqueline Challet-Haas

GRAMÀTICA DE LA NOTACIÓ LABAN
LA SIMBOLITZACIÓ DEL MOVIMENT DANCAT
LA DANSA QUE FA PARLAR LA DANSA

Només la dansa pot parlar de la dansa.

17

Rudolf Laban

**L'anècdota: les trobades amb Jacqueline Challet-Haas.
Una mica d'història**

El juliol del 1989, essent aleshores conseller de dansa al Festival d'Arles, invento, al marge d'una programació prestigiosa, un col·loqui internacional sobre el tema «La memòria i l'oblit».

Desitjós de presentar els sistemes de notació existents –Laban, Benesh, Conté–, decideixo adreçar-me als experts en la matèria i em poso en guàrdia, de manera que se'm qualifica com si fos d'aquelles persones que discuteixen històricament estirant-se els cabells. Tinc cura de recomanar als experts de no jactar-se del sistema particular, sinó de tractar sobre la notació en general, dels objectius, dels mitjans, de les preguntes, dels problemes...

La presència de Jacqueline Challet-Haas és decisiva. Descobreixo el seu carisma a través de l'escolta mútua, que ella fa fàcil, i els lligams que estableix. La continuació ja és coneguda: col·loquis de Chateauvallon, de Cannes...; «Fais-moi un signe», a la Biennial de Val de Marne; obertura de classes de notació Laban i, després, de notació Benesh al Conservatori Nacional de Música i Dansa de París; creació de la Federació Francesa de les Notacions del Moviment...

Estic content, doncs, de dir aquí tot allò de bo que penso de Jacqueline Challet-Haas, i agraeixo al Centre National de la Danse l'oportunitat que em dóna per fer-ho. Ja és hora que una persona del seu tremp sigui reconeguda per allò que és.

La recerca

Res més ingrát que la recerca. Solitud de l'investigador de fons.

L'investigador és una mena d'anacoreta, sense altra religió que el domini de la recerca que fa, i en la qual oficia en solitud i en secret.

Si es vol comunicar, li cal entrar en una sociabilitat de la qual és exclòs per la mateixa recerca.

18

En allò que afecta la dansa, totes les dificultats es multipliquen i l'investigador té la sort d'exposar-se no solament a aquesta solitud, sinó també al desconeixement, la incomprensió, la burla.

Podríem potser imaginar que un art tan arrelat a la modernitat com la dansa contemporània pugui prescindir de la teoria?

La notació

A mi mateix, no essent notador, em ve de gust de parlar del tema. En parlo convençut, però sense fer-ne proselitisme exagerat. En el molt particular destí de la dansa, que s'esborra mentre s'inscriu, la memòria es fa per delegació, mandat, substitució. Tota possibilitat de recuperar la memòria, per ínfima que sigui, està bé, encara que continui errors i pugui no ser exhaustiva o exacta.

Som lluny d'un procés científic. Som en el terreny de l'art, l'art subtil de la memòria. Memòria tricèfala: l'oral, la de la imatge i la de la notació. Els malintencionats diran, de la memòria de la imatge i de la de la notació, que són ajuts a la memòria, memòries d'un objecte interposat; els més dolents... que es tracta, com a molt, de pensaments estúpids, de nusos en un mocador...

Altres de més ben intencionats es complauran a comparar els mèrits respectius i a mesurar-ne l'eficàcia. No és la complementarietat que les valora?

Tanmateix, a la vista d'altres mitjans, el sistema de notació de Laban excedeix la sola funció d'instrument per a la memòria, perquè és sobretot, potser, un incomparable mètode d'anàlisi del moviment.

En aquest art singular, hi ha dos temps: el temps del tema i el temps de la versió. El notador escriptor s'omple del moviment i el transposa en signes. El notador lector desxifra la partitura, el text, i el recompon en moviment. Anàlisi doble.

Alguns escèptics faran notar la pèrdua de sentit, d'altres l'excés de complexitat. Però, no és el moviment mateix que és complex?

I entrar en la notació, per ella mateixa, no és el mitjà més segur per reconèixer, admetre i aprofundir aquesta complexitat?

Hom va més enllà de la pràctica de la dansa, en la seva proximitat potser massa habitual, per entrar en l'estudi i la recerca.

19

La persona (la senyora Jacqueline Challet-Haas)

La importància de la persona no té parangó amb la seva modèstia. La seva obstinació s'encomana, i el seu coratge també.

Formada en dansa clàssica per les mestres més importants –Balachova, Egarova, Preobrajenska– i per la de més relleu, Atty Chadinoff; també ha trobat la dansa moderna, amb Kurt Joos –no pas dels menys importants– a la Folkwang Hochschule d'Essen, entre d'altres.

Ensenya dansa a la casa que té a Crépy-en-Valois, que, si fem cas dels qui la coneixen, és una mena de petit palau. Hi elabora una gelea de gerds sense comparació, ho afirma ella i en presumeix. Hom constata que és l'única de les seves activitats de què parla sense cap modèstia. Entre aquestes pràctiques quotidianes, ella és la fada de la casa.

Però el gran tema és la notació, en què, després de llargs anys de treball, ha esdevingut una de les més grans especialistes planetàries. En aquesta matèria és, segons la terminologia de moda, una experta. Dirigeix un ensenyament punter al CNSMDP, on forma un nucli de notadors d'alta gamma.

En aquest exercici és d'un rigor absolut, fent seva sense cap mena de dubte la màxima de Gaston Bachelard: «Tot allò que és fàcil d'ensenyar és inexacte». En aquest aspecte de la seva activitat, doncs, és una mestra.

Però també excel·leix a fer descobrir la notació durant sessions úniques, tant quantitativament com qualitativa. Cal haver-la vist, morta d'angoixa, entrar a l'arena a oficiar. En un gir de mà, en dos temps i tres moviments, dibuixa el sistema Laban en una pissarra. L'auditori generalment resta fascinat. És estrany que entre la concurrència no faci almenys un adepte, i de ben segur, alguns convençuts. No sabria qualificar-la millor que de pitonissa.

Es nota que és una persona eminent.

L'única errada en aquest recorregut exemplar és de no haver-me sabut inculcar els rudiments del sistema Laban; mal estudiant era, i en mal estudiant m'he quedat. Però he esdevingut un adepte no menys convençut d'aquest pensament i de les seves aplicacions, fins al punt de defensar-ho en els discursos i en els escrits, que per la seva força de convicció tenen la capacitat de sorprendre fins i tot els més grans notadors del món.

Hem somiat plegats un organisme federador que reagruparia els treballs dels diferents sistemes de notació en curs: Laban, Benesh, Conté, Eshkol. Temps enrere, abans d'adormir-se, aquesta federació havia funcionat. No desesperem de tornar-hi.

No prou contenta d'assumir l'exercici perillós de la notació, ataca, també amb un alt risc, la traducció. Amb la traducció de *La maîtrise du mouvement* es fa intèrpret del pensament del mateix Laban. Enllaçats així els treballs sobre els elements d'allò que Laban va qualificar de «pensament motor» més que de «pensament de paraules», és una labanista integral.

Al Japó, no hi ha dubte que formaria part dels tresors vivents.

Una vegada més, és una persona eminent (el lector ja ho deu haver entès).

El document

Heus aquí, doncs, un document que, talment com si fos la Bella dorment, ha esperat en el palauet de Crépy que hem esmentat. Com les coses que trastornen el pensament, el document hauria estat somiant, tot i haver-n'hi una primera edició publicada per ella mateixa i el seu Centre National d'Écriture du Mouvement (la qual cosa confirma les dificultats de la recerca en dansa, qüestió que ja hem tractat abans).

Mentrestant, com tota cosa ancorada en la profunditat d'un pensament innovador, finalment emergeix. Es fa justícia al treball d'una persona; es fa justícia també, a través del document, a un país que va veure florir un dels primers grans sistemes de notació,

el sistema Feuillet, en el qual Laban, que el va estudiar durant una llarga estada a França, es va saber inspirar.

Entrem, doncs, en aquest fabulós viatge. Emprenguem el camí fet per Laban, fem passos a cada costat d'aquesta avinguda i balancegem-nos d'un peu a l'altre sobre aquest magnífic passeig de signes.

«Només la dansa pot parlar de la dansa.»

Dominique Dupuy

Mas de la Danse, novembre 1999

**GRAMÀTICA
DE LA NOTACIÓ LABAN**
Volum 1

INTRODUCCIÓ

La cinetografia Laban, coneguda als Estats Units d'Amèrica amb el nom de «Labanotation», és una escriptura del moviment. Concebuda per transcriure tots els moviments simples o complexos del cos humà, permet anotar-los detalladament i també en conjunt.

25

El seu autor, Rudolf Laban, de pares austríacs, va néixer el 1879 a l'antiga Txecoslovàquia i va morir el 1958 a Anglaterra, on residia.

Rudolf Laban, esperit ampli i preclar, un dels promotors de la dansa d'expressió moderna, va publicar l'any 1928 aquest sistema d'escriptura del moviment que de mica en mica s'ha divulgat pel món sencer. S'utilitza per a fins molt diferents, com és ara:

- conservació de danses teatrals: partitures de ballet,
- transcripció d'escenificacions,
- estudi de danses ètniques i folklòriques,
- anàlisis cineticoterapèutiques,
- esquemes de manutenció industrial, etc.

Després d'haver estudiat minuciosament les lleis de la cinètica humana i els intents anteriors d'escriptures de la dansa, Rudolf Laban va construir el seu sistema al voltant dels quatre elements essencials i constitutius d'un moviment: el temps, l'espai, el pes i la força.

Els avantatges que representa la utilització sistemàtica d'un sistema d'escriptura per analitzar els diferents aspectes del moviment són múltiples: aporten als mitjans audiovisuals un complement útil i ofereixen un instrument de treball absolutament indispensable per a un estudi aprofundit del moviment.

En mirar la seva aportació a l'art de la dansa, la cinetografia Laban ofereix la possibilitat de fundar una «literatura» del moviment i de crear arxius exactes i directament accessibles, constitueix un mitjà de comunicació accelerat i, finalment, pot assegurar una protecció jurídica real.

Jacqueline Challet-Haas

EL PENTAGRAMA

1. Els signes que serveixen per escriure el moviment es col·loquen sobre un pentagrama (semblant al de la música).

27

Aquest pentagrama és la reunió de tres línies verticals paral·leles i equidistants. La línia mitjana correspon a un traç hipotètic que divideix el cos humà verticalment en dues parts simètriques: el costat esquerre i el dret (vegeu figura 1).

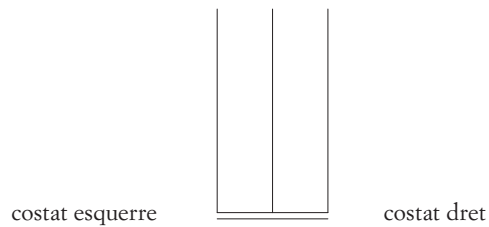


Figura 1. El pentagrama

2. El pentagrama es completa amb línies imaginàries (no traçades), dues dins del pentagrama i una quantitat il·limitada de línies suplementàries fora del pentagrama (vegeu figura 2).

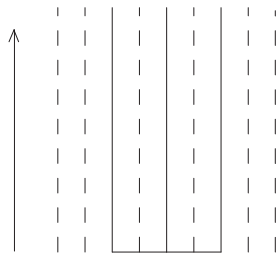


Figura 2. El pentagrama amb línies suplementàries

3. La lectura del pentagrama es fa verticalment, de baix a dalt (segons la indicació de la fletxa), és a dir, en el sentit de la marxa.

4. Les interlínies o espais formats per les línies traçades o bé imaginades s'anomenen columnes (vegeu figura 3). La numeració de les columnes es fa d'un costat i de l'altre de la línia mitjana, partint d'aquesta.

Els signes s'escriuen a les columnes.

Cada columna es reserva als moviments d'una part determinada del cos humà:

- a les primeres columnes (d'una banda i l'altra de la línia mitjana) s'escriuen els signes de suport i transferència del pes del cos (columnes de suport i de transferència).

En aquestes columnes es col·loquen tots els passos i tots els diferents suports del cos:

- a les segones columnes s'escriuen els signes del moviment de les cames (sense transferència) (columnes dels gestos de les cames),

- a les terceres columnes s'escriuen els signes del moviment de la part alta del cos –el tronc– (columnes de la part alta del cos),

- a les quartes columnes s'escriuen els signes del moviment dels braços (columnes de gestos dels braços).

28

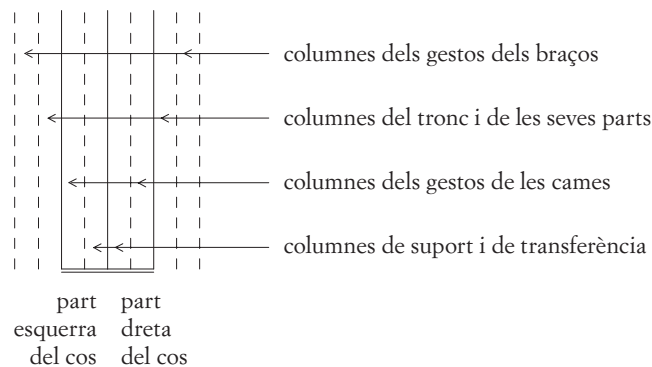


Figura 3. El pentagrama

5. En les columnes suplementàries s'inscriuen els moviments dels colzes, les mans, els canells, el cap, etc., i també les indicacions dels accessoris.

ELS SIGNES DE DIRECCIÓ

6. Tot moviment del cos humà es caracteritza per l'associació de tres elements:

- la direcció cap on s'executa,
- la durada de l'acció,
- la part del cos que es mou.

Aquests moviments es representen per signes col·locats a les columnes del pentagrama i s'anomenen «signes de direcció».

7. El signe base, del qual provenen tots els signes de direcció, és el rectangle: 

Aquest signe, degudament modificat, indica simultàniament:

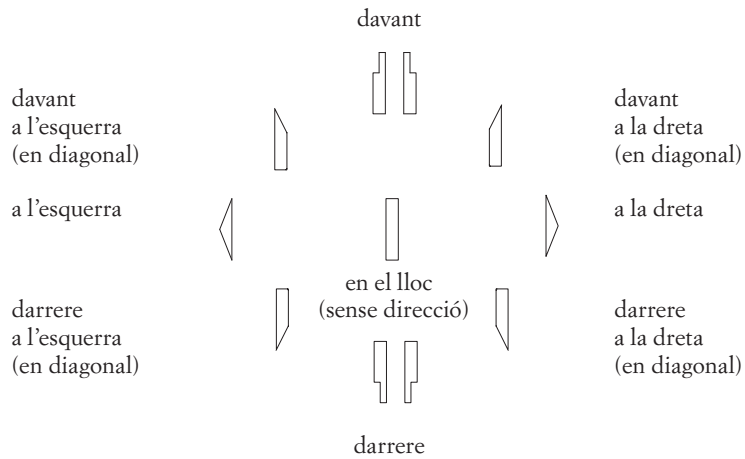
- per la forma i l'«acoloriment»: quina és la direcció i el nivell del moviment,
- per la longitud: quina és la durada del moviment,
- per l'elecció de les columnes: quina part del cos es mou,
- pel principi del signe en el pentagrama: en quin moment comença el moviment,
- pel final del signe en el pentagrama: en quin moment finalitza el moviment.

La direcció

8. La direcció sempre és considerada respecte al personatge mateix, és a dir, «la direcció del personatge».

Sigui quina sigui la seva posició en l'espai, el «davant» estarà sempre davant d'ell, el «darrere», sempre darrere, el «dalt», cap al cel, el «baix» cap a terra.

9. Els signes de direcció són:






30

Figura 4. Els signes de direcció

Es notarà que cada una de les direccions «davant» i «darrere» tenen dos signes: un per designar la part esquerra, i l'altre, la part dreta del cos.

El nivell

10. Qualsevol moviment de cada una de les parts del cos es pot executar en un dels tres plans o nivells següents:

- el nivell mitjà, indicat per un punt col·locat enmig del signe base 
- el nivell alt, indicat per un signe ratllat 
- el nivell baix, indicat per un signe de base negra 

11. Completant els signes de direcció del quadre de la figura 4 per a les indicacions de nivell, obtenim el quadre següent:

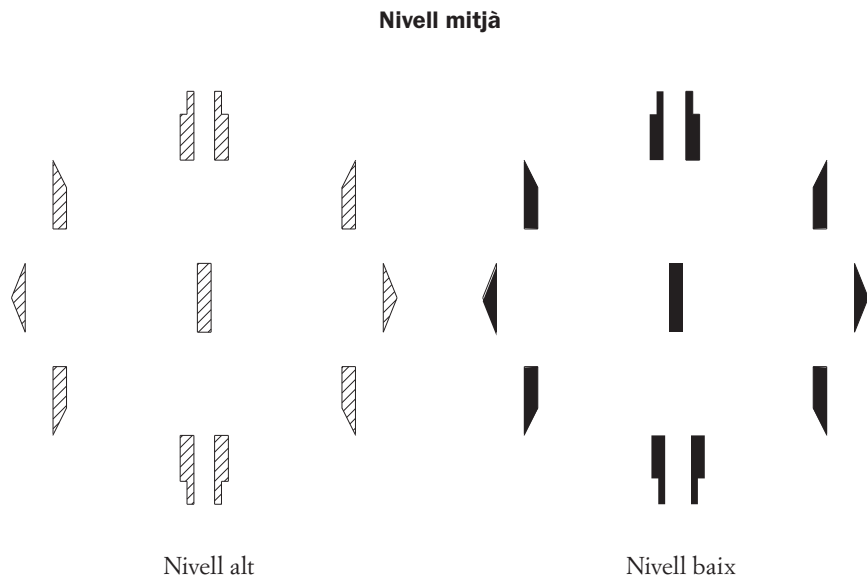
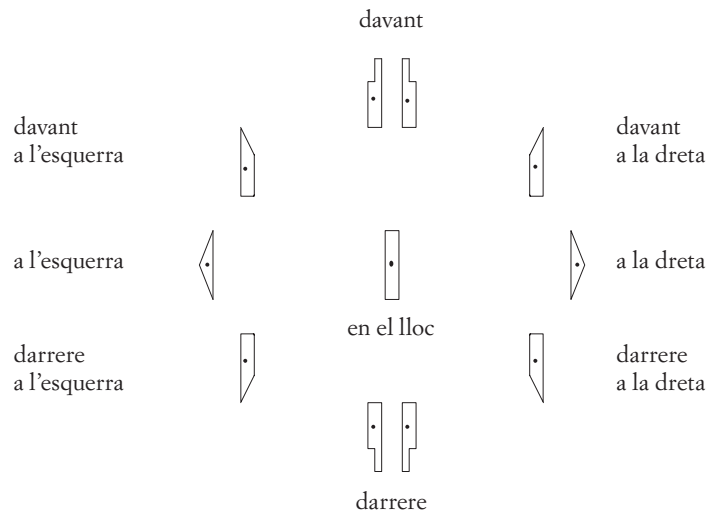


Figura 5. Nivells

Aquests signes de direcció col·locats en una columna o altra del pentagrama determinen la direcció i el nivell d'un pas, d'una transferència, o d'un moviment d'una cama, d'un braç o bé de qualsevol altra part del cos.

12. En la mesura que els passos (així com qualsevol altra transferència) tracen un trajecte en el terra, i en la mesura que les cames, els braços, les diferents parts del cos

només es mouen en l'espai executant moviments, l'aplicació dels nivells de direcció obeeix a dos conceptes diferents, segons que es tracti de passos o de gestos. En la cinetografia, el terme «gest» s'aplica a qualsevol moviment d'una part del cos sense suport, mentre que un «pas» implica una transferència del pes del cos.

Per als passos

13. El nivell mitjà és el de la marxa habitual, peus recolzats sobre el terra, cames normalment estirades (vegeu figura 6).

El nivell alt és el de la marxa sobre les mitges puntes, talons aixecats, cames normalment estirades (vegeu figura 7).

El nivell baix és el de la marxa, cames flexionades, els talons tocant al terra (vegeu figura 8).

32

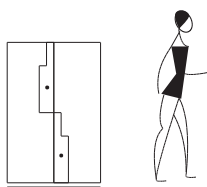


Figura 6.

Dos passos endavant nivell mitjà

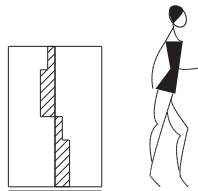


Figura 7.

Dos passos endavant nivell alt

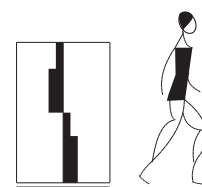


Figura 8.

Dos passos endavant nivell baix

Per als gestos de les cames

14. Si imaginem un pla paral·lel al terra, passant pel nivell dels malucs, obtindrem l'esquema següent:

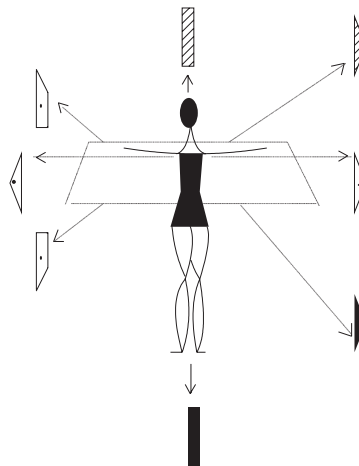


Figura 9

Es pot constatar que:

- el nivell mitjà és el de la cama aixecada a l'alçada del pla (90° del terra)

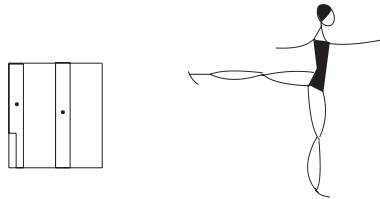


Figura 10. Cama aixecada a 90°

- el nivell alt és el de la cama aixecada per sobre el pla (entre 90° i 180° del terra)

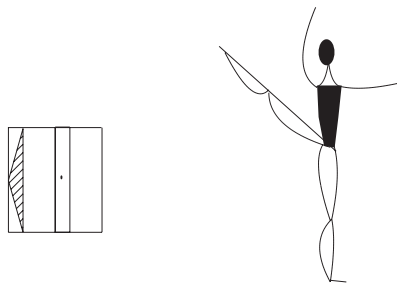


Figura 11. Cama aixecada a 135°

- el nivell baix és el de la cama abaixada per sota el pla (entre 0 i 90° del terra)

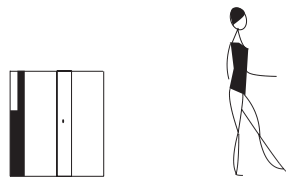


Figura 12. Cama *dégagée* a 45°

Per als gestos dels braços

15. Si, com hem fet parlant dels gestos de les cames, imaginem un pla paral·lel al terra passant al nivell de les espatlles, obtindrem l'esquema següent:

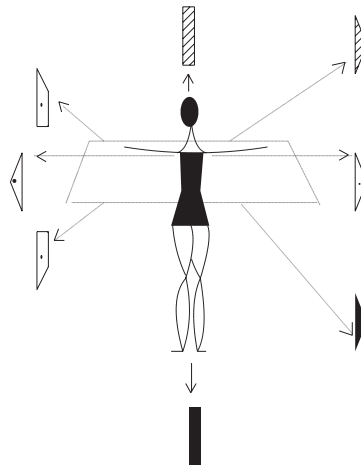


Figura 13

Es veu que:

- el nivell mitjà és el d'un dels braços estesos, o de tots dos, a l'alçada de les espatlles

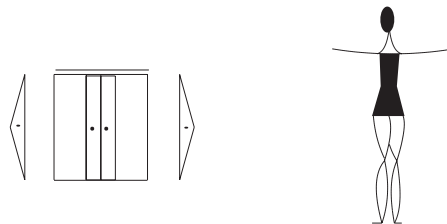


Figura 14

- el nivell alt és el d'un dels braços, o de tots dos, aixecats per damunt de les espatlles

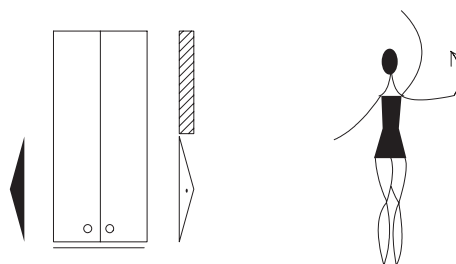


Figura 15

- el nivell baix és el d'un o dels dos braços caiguts per sota les espatlles.

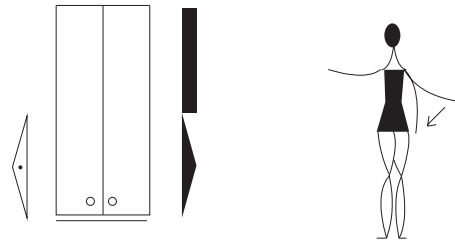


Figura 16

Nota. Els petits cercles ◦ a les columnes de transferència indiquen que el cos està aturat; el pes del cos es reparteix igualment sobre tots dos peus (vegeu paràgraf 25).

La durada

16. La durada d'un moviment és representada per la llargada del signe:

- com més lent és el pas o el gest, més llarg és el signe corresponent,
- com més ràpid és el pas o el gest, més curt és el signe corresponent.

17. Per fixar la relació de la durada entre els valors musicals (les notes) i els signes cinetogràfics, convé establir una escala de correspondències.

És costum representar la negra (♩), usada com a unitat de temps, per un signe cinetogràfic d'1 cm; per exemple, dos quadrats de paper quadriculat.

Es pot elegir qualsevol altre valor de la durada del segon, la desena part del segon, etc. Prenent aquesta escala, les relacions dels valors musicals (les notes) amb les longituds dels signes cinetogràfics s'estableixen d'aquesta manera:

| | Rodona | Blanca amb punt | Blanca | Negra amb punt | Negra | Corxera amb punt | Corxera |
|--------|--------|-----------------|--------|----------------|-------|------------------|---------|
| notes | | | | | | | |
| signes | | | | | | | |

Figura 17. Relació entre les notes i els signes

L'escala s'indica sempre al principi del cinetograma.

Així, per exemple, l'escala de la figura 17 és simbolitzada per: ● = □

18. Quan el cinetograma és acompanyat de música, els compassos del cinetograma han de correspondre exactament als de la partitura.

19. La divisió en compassos és indicada per les barres que creuen horitzontalment el pentagrama, que s'anomenen «barres del compàs».

20. El principi i el final d'una seqüència de moviment en el cinetograma s'indiquen amb una doble barra.

La doble barra es col·loca igualment:

- al final de la pàgina, al començament de cada nou pentagrama,
- per separar la «posició final» (vegeu paràgraf 27) del principi del moviment pròpiament dit.

21. Exemples dels diferents compassos i del ritme que marquen:

- la relació exacta dels valors musicals amb les diferents longituds dels traços de l'acció,
- la concordança dels compassos del cinetograma amb els de la música.

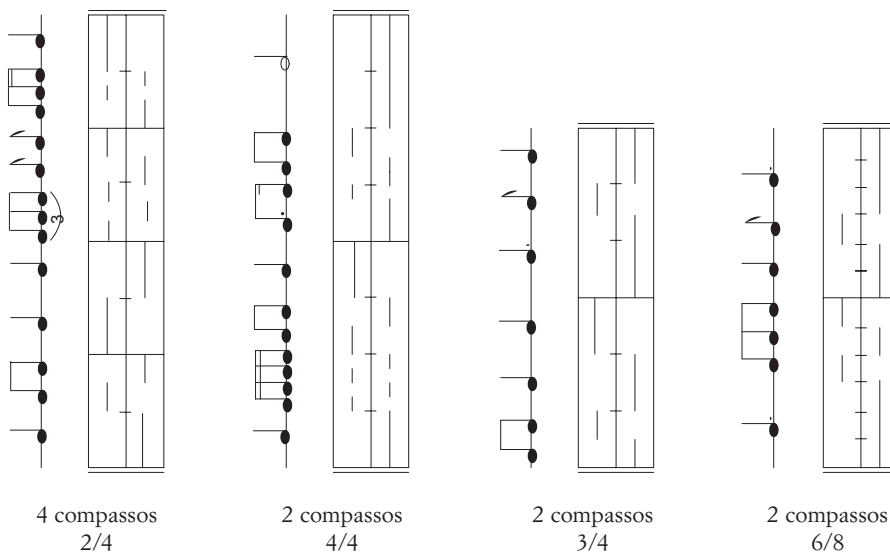


Figura 18

EL SUPORT I LA TRANSFERÈNCIA

22. El suport i la transferència del pes del cos s'escriuen a la primera columna del pentagrama, a una banda i l'altra de la línia central (vegeu paràgraf 4, figura 3).

37

El desplaçament

23. Quan una persona està dreta, pot fer reposar el pes del cos:
 - sobre tots dos peus (per exemple estant quiet); en aquest cas, el centre de gravetat es troba naturalment en l'eix vertical del cos; aquesta posició s'anomena «suport».

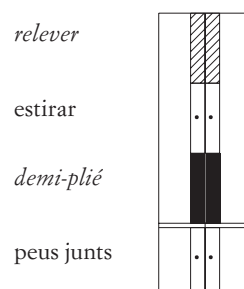


Figura 19. Suport

- o bé sobre un peu (per exemple, en caminar); en aquest cas, quan el pes del cos es trasllada alternativament d'un peu a l'altre, en resulta una transferència.

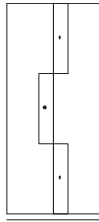


Figura 20. Tres passos en el lloc: trepitjar

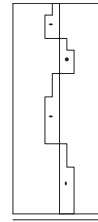


Figura 21. Quatre passos endavant: caminar

24. Un principi de base, fonamental, és aquest: «cada nova transferència anul·la l'efecte de la precedent» (segons el mecanisme alternatiu de la marxa).

És a dir, un signe de transferència representa un recolzament sobre un peu, i dos signes de transferències simultànies representen dos recolzaments simultanis sobre tots dos peus.

38

Un signe de transferència «en el lloc» indica que un peu es col·loca al costat de l'altre (i el reemplaça, si aquest signe és únic), o bé que la cama de suport canvia de nivell.

Un signe de direcció amb dos nivells diferents significa que el passatge d'un nivell a l'altre serà progressiu durant l'execució del pas.

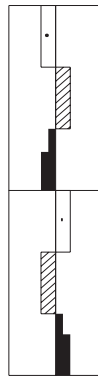


Figura 22. Dos passos de vals avançant (transferències alternatives)



Figura 23. Passos junts formant un quadrat (transferències alternatives i simultànies)

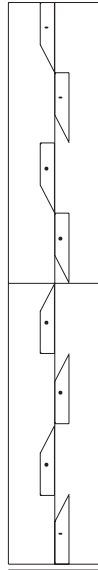


Figura 24. Passos en diagonal formant una V invertida (no canvia l'orientació de l'executant)

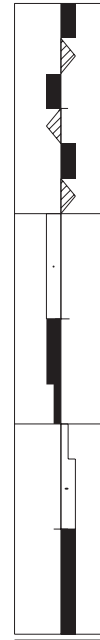


Figura 25. Dos passos balancejats, endavant i endarrere, seguits de tres passos sacsejats a la dreta, a l'esquerra i altra vegada a la dreta

La interrupció del moviment

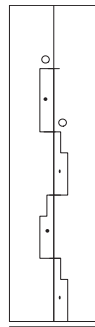
25. El terme «interrupció» es fa servir per indicar el manteniment del pes del cos sobre el suport en una posició donada. ◦

La interrupció s'indica amb el signe ◦. Es col·loca a les columnes de transferència sobre el signe de direcció.

L'efecte del signe d'interrupció dura fins a una nova indicació de transferència o de gest de la cama en qüestió.

26. Cada transferència del pes del cos sobre una cama allibera l'altra; però si aquesta cama ha de continuar suportant una part del pes del cos, es necessita un signe d'interrupció.

La longitud del signe de direcció indica la durada del moviment; si en la successió de les transferències sobrevenen algunes aturades, es necessiten signes d'interrupció per indicar que no es tracta de salts (vegeu «El salt»).



interrupció sobre totes dues cames
la cama esquerra es col·loca prop de la cama dreta
interrupció sobre la cama dreta

tres passos endavant

Figura 26

40

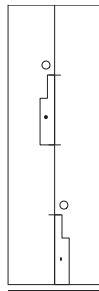


Figura 27. Dos passos interromputs per una pausa

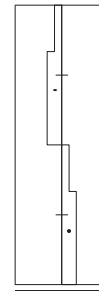


Figura 28. Dos passos continus
(dues vegades més lents)

Nota. El pes del cos repartit sobre les cames es pot anotar de tres maneres diferents:

- un signe de direcció en cada una de les columnes de transferències,
- un signe de direcció en una de les columnes de transferències, un signe d'interrupció a l'altra,
- un signe d'interrupció en cada una d'aquestes columnes.

La posició inicial

27. En un cinetograma és sempre preferible precisar la posició del personatge o personatges abans d'entrar en acció.

Aquesta indicació, anomenada «posició inicial», es col·loca en el pentagrama al principi del cinetograma. Se separa del començament del moviment pròpiament dit per una doble barra (vegeu paràgraf 20).

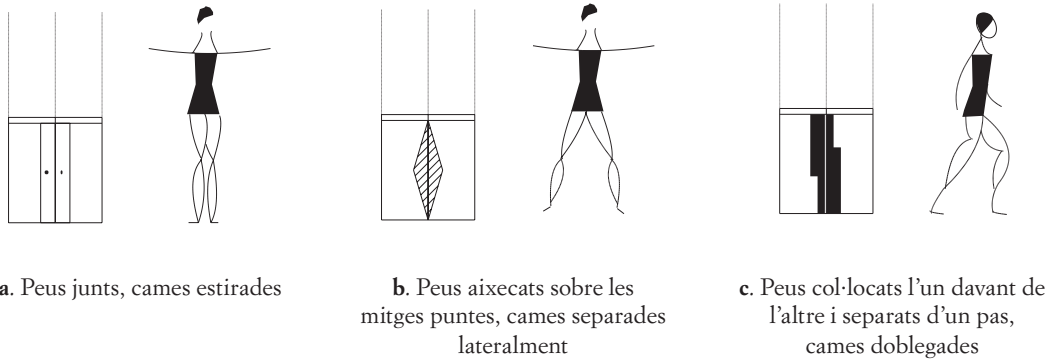


Figura 29. Exemples de posicions inicials

Nota. Quan en un cinetograma la posició inicial no és especificada, la posició és implícitament la representada per la figura 29a. La posició inicial no és necessàriament sobre un dels peus o bé sobre tots dos, sinó que es pot trobar sobre una altra part del cos: els braços, els genolls, etc.

ELS GESTOS DE LA CAMA

- 42 28. «Gestos de la cama» és el terme utilitzat per designar tot moviment de la cama sense recolzament a terra («cama lliure»).
- Els gestos de la cama s'inscriuen a les segones columnes del pentagrama, a una banda i altra de la línia mitjana (vegeu paràgraf 4).
- Els moviments es poden realitzar en els tres nivells ja examinats en el paràgraf 14.
29. La longitud del signe indica la durada del gest.
- Però l'efecte d'aquest signe –és a dir, la interrupció del gest en la posició adquirida, es prolonga fins al signe següent, que indica un nou gest o bé una transferència d'aquesta mateixa cama. Aquest signe no afecta el suport o la transferència de la cama oposada, que es manté.
- Per tant, sigui quina sigui la longitud o bé la complexitat del gest de la cama oposada, un suport o una transferència és vàlida:
- fins a la transferència següent indicada en una o altra de les columnes de transferència,
 - fins que es produeix un gest que afecta la cama de suport (recolzament).

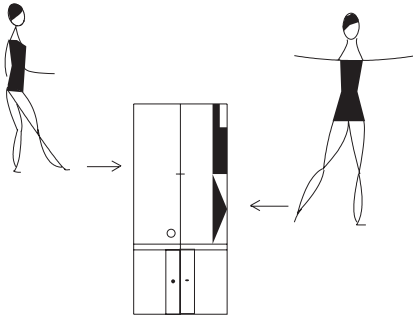


Figura 30. A l'inici, el personatge està dret, amb els peus junts. Aixeca de costat (45° del terra) la cama dreta: aquest gest es tradueix pel signe dreta-baix; després passa la cama a davant a 45°: aquest últim gest s'assenyala amb el signe davant-baix

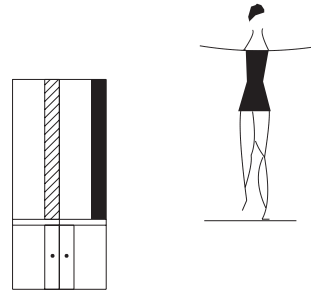


Figura 31. A l'inici el personatge està dret, amb els peus junts. Fa un *relevé* sobre la mitja punta esquerra, el pes del cos reposa sobre aquesta cama esquerra (de suport); la direcció de la cama dreta, sense pes, lliure, és vertical-baix, indicada pel signe en el lloc-baix



Figura 32. Dret, peus junts; aixecar la cama dreta endavant, paral·lela al terra, i portar-la al costat, després endarrere mentre la cama esquerra es doblega *grand rond de jambe en l'air*

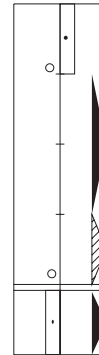


Figura 33. Recolzant el cos sobre la cama esquerra, amb la cama dreta lliure, aixecada de costat a 45° del terra; en el primer temps llençar la cama dreta a 135° del terra, després abaixar-la lentament en dos temps fins a la posició inicial; tancar el peu dret contra l'esquerre

EL SALT

- 44 30. D'una manera general, un espai buit a les columnes de transferència-suport indica un salt. El salt es compon de tres fases:
- el temps d'impuls,
 - el temps de suspensió,
 - el temps de caiguda.

L'espai buit representa la segona fase: la durada del salt. (De vegades el temps de la caiguda es confon amb el temps d'impuls del salt que segueix; vegeu figura 36.)

La manera natural d'accentuar els salts consisteix a recaure sobre el temps fort d'un ritme donat (l'accent és «a baix») (vegeu figura 36). Si es necessita insistir sobre el període de suspensió del salt, s'ha de prendre l'impuls i recaure sobre els accents dèbils del ritme de l'acompanyament (es diu que l'accent és a l'aire); el període de suspensió es col·loca sobre el temps fort (vegeu figura 37).

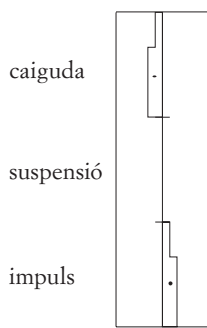


Figura 34. Un salt endavant

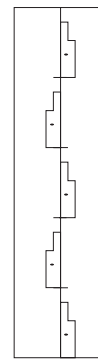


Figura 35. Una correguda

Nota. Si els signes de direcció que serveixen per indicar el salt són de nivell mitjà, el salt a executar és d'amplitud petita; se sobreentén la flexió necessària de les cames, exactament com en la marxa normal.

31. Si un gest de cama s'allibera del suport precedent, dos gestos de cama simultanis alliberen totes dues cames al mateix temps: en resulta també un salt.

Així, dos signes de direcció en cada una de les columnes dels gestos de cama indiquen un salt i precisen l'acció de les cames durant el període de suspensió. Quan la posició inicial és sobre una cama, l'altra està a l'aire. Un signe de direcció a la columna de gestos, en el costat de la cama de suport, indica que aquesta cama deixa el terra; el salt és evident perquè no hi ha més suport, hi ha gestos de totes dues cames (vegeu figura 38). Recordem que l'efecte d'un gest de la cama dura fins a un nou gest o bé una transferència d'aquesta mateixa cama (vegeu paràgraf 29).

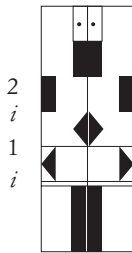


Figura 36. Saltar amb els peus separats, saltar amb els peus junts *échappé* (accent a baix)

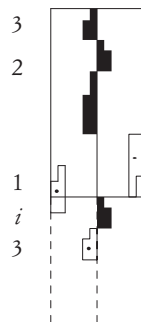


Figura 37. Un *grand saut-écart* endavant (accent a dalt)

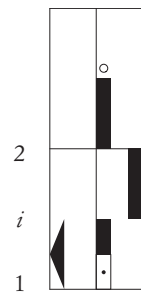
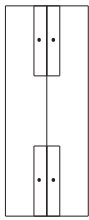
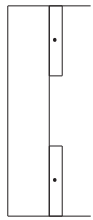


Figura 38. Sobresaltar sobre la cama dreta (accent a baix)

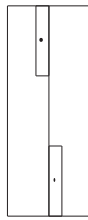
32. Només hi ha cinc salts possibles. A continuació en veiem els esquemes simplificats:



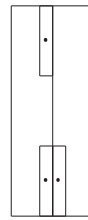
Saltar sobre tots dos peus *soubresaut*



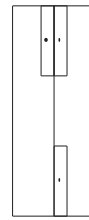
Saltar sobre un peu *temps levé*



Saltar sobre l'altre peu *jeté*



Saltar des dels dos peus sobre un peu *sissonne*



Saltar des d'un peu sobre els dos peus *assemblé*

Figura 39

33. Comparació dels exemples següents:

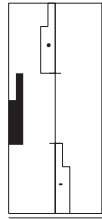


Figura 40 a. Salt en el segon temps, les columnes de transferència estan buides; el signe de direcció a la columna de gest reforça el moviment fet per aquesta cama

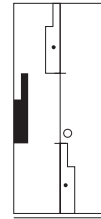


Figura 40 b. En el segon temps no hi ha salt, perquè el signe d'interrupció manté el pes del cos sobre la cama dreta

46

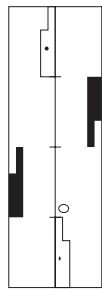


Figura 40 c. Salt en el tercer temps; l'efecte del signe d'interrupció s'anul·la pel gest de la cama dreta recolzada anteriorment

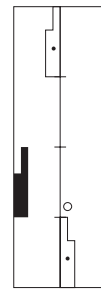


Figura 40 d. No hi ha salt en el tercer temps malgrat el buit a les columnes interiors del pentagrama, perquè l'efecte del signe d'interrupció dura fins a la transferència següent

34. En resum, no hi ha salt si l'efecte del signe d'interrupció no és anul·lat per:
- un signe de direcció (o de volta) en una de les columnes de transferència,
 - un gest de la cama de suport.

ELS GESTOS DEL BRAÇ

35. Els gestos del braç s'inscriuen en les quartes columnes d'una banda i l'altra de la línia central (vegeu paràgraf 4).

47

Aquests moviments es poden realitzar en els tres nivells examinats en el paràgraf 15.

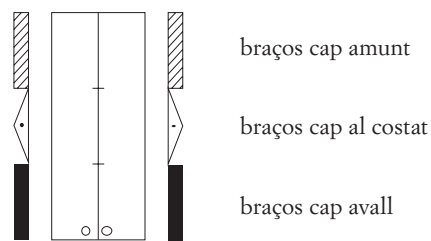


Figura 41

36. La llargada del signe determina la durada d'execució d'un gest.

Dos signes successius indiquen un moviment continu, passant d'una posició a una altra pel camí més curt.

Un espai buit entre dos signes de direcció a les columnes de braços indica una interrupció del gest. El braç queda en la seva posició fins al signe següent, qualsevol que sigui la distància entre dos signes.

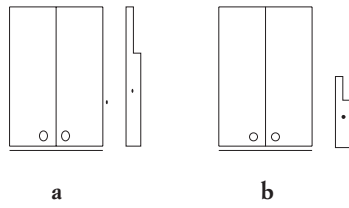


Figura 42. El gest del braç dret pren dos temps a l'exemple *a* i un temps al *b* per arribar a la posició davant (a l'alçada de les espatlles)

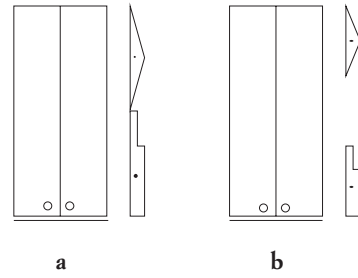


Figura 43. Un temps d'interrupció separa els dos gestos (*b*), executats sense interrupció a *a*

37. Exemples de moviments dels braços:

48

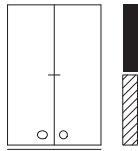


Figura 44. Descens al llarg del cos, de la vertical alta a la vertical baixa

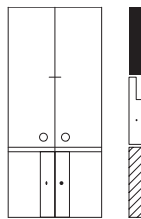


Figura 45. Semicercle en el pla vertical, de la vertical alta a la vertical baixa passant per davant

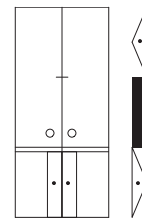


Figura 46. Semicercle en el pla vertical, de la dreta cap a l'esquerra passant per baix

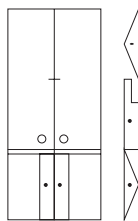


Figura 47. Semicercle en el pla horitzontal, de la dreta a l'esquerra passant per davant

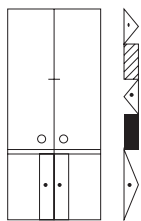


Figura 48. Cercle complet, en el pla vertical, dreta-mig, en el lloc-baix, esquerra-mig, en el lloc-alt, dreta-mig

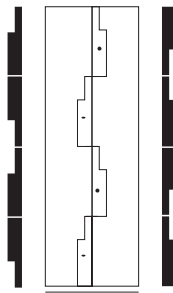


Figura 49. Moviment natural dels braços durant la marxa

EL SIGNE DE POSICIÓ

38. El signe de posició es presenta sota tres formes: ↓ ↓̇ ⊥
 Aquest capítol tracta únicament de la primera forma; les altres dues formes s'estudien en els paràgrafs 49, 52, 55 i del 107 al 114.
 El signe de posició negre, anomenat a vegades «agulla» a causa de la forma, es fa servir en vuit inclinacions. La part punxeguda del signe indica l'orientació de la posició:

49

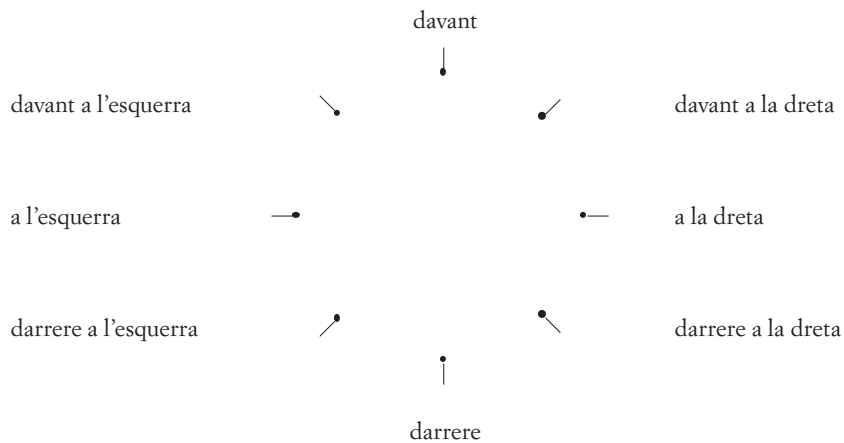


Figura 50

39. El signe de posició serveix per precisar la posició d'uns membres respecte als altres i la posició dels membres respecte a l'eix imaginari que divideix el cos humà verticalment en dues parts simètriques.

Completa el signe de direcció però no dona cap indicació de moviment.

Es col·loca prop del signe de direcció al qual es refereix:

- prop del costat exterior, a les columnes de transferència i dels braços,
- prop del costat interior, a les columnes de gestos de la cama.

Aplicació per als passos

40. La dansa acadèmica ha definit cinc «posicions» per als peus, tenint en compte un cert grau de rotació externa de les cames.

En tres posicions, els peus s'encreuen: els signes de posició són necessaris.

En les altres, els peus estan l'un al costat de l'altre (primera posició) o separats (segona i quarta posició oberta): les agulles no hi són necessàries. Heus aquí les posicions:

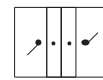
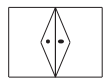
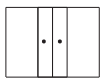


Figura 51. Primera posició

Figura 52. Segona posició

Figura 53. Tercera posició

50

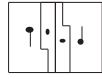
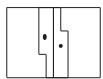


Figura 54. Quarta oberta

Figura 55. Quarta croisée

Figura 56. Cinquena posició

Nota: els dibuixos dels peus han estat fets amb una certa rotació externa de les cames que no figura en els cinetogrames. Aquesta noció de rotació serà explicada més endavant (vegeu paràgrafs 54 a 58). Aquests cinetogrames haurien pogut representar tota mena de rotacions de les cames sense que les «relacions de posició» fossin variades.

És per això que el cinetograma de la figura 57 es pot interpretar així:



Rotació externa moderada



Rotació externa forçada



Figura 57. Cinquena posició



Absència de rotació



Rotació interna

41. Aquest signe de posició (agulla negra) es fa servir per precisar la manera d'executar el moviment i per evitar tot error d'interpretació. Per exemple:

- un peu pot passar davant o darrere l'altre,
- un braç pot passar davant o darrere el cos (vegeu figura 58).

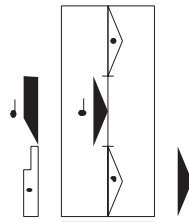


Figura 58. Al segon temps el braç i el peu esquerre passen davant

51

42. Quan a cada pas s'estableix una nova «relació de posició», cal repetir cada vegada el signe de posició. Exemple: un funàmbul ha de col·locar els peus exactament l'un davant de l'altre (vegeu figura 59).

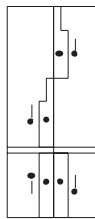


Figura 59

43. Però l'exemple superflu d'aquests signes ha de ser evitat; per exemple, és natural creuar per «davant» en una marxa normal: l'agulla és inútil (vegeu figura 60).

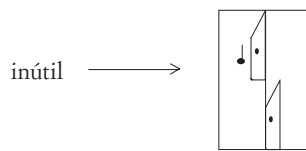


Figura 60

44. Calen dos signes de posició quan tots dos peus, estant en qualsevol posició, es mouen junts (vegeu figura 61).

Quan un peu s'ajunta a l'altre, és al peu que es desplaça que s'aplica el signe de posició: només cal un signe de posició (vegeu figura 62).

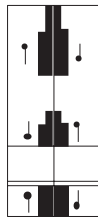


Figura 61. Dos *changements de pieds* avançant

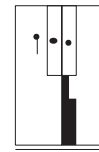


Figura 62. Ajuntar el peus esquerre darrere el dret després d'un pas endavant del peus dret

Aplicació per als gestos de la cama

45. El signe de posició confirma la posició de la cama «lliure» en relació amb la cama de suport:

52

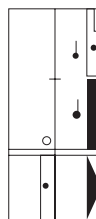


Figura 63. La cama dreta passa davant de la cama esquerra sense recolzar-se i s'aixeca

Aplicació per als gestos del braç

46. Per la nostra constitució anatòmica, els braços estan separats de l'eix de simetria per l'amplada de les espatlles. Això determina diferents «zones» (vegeu figura 64).

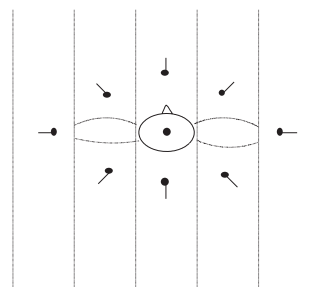


Figura 64. Les zones vistes des de dalt

En conseqüència, les posicions dels moviments dels braços paral·lels al pla sagital poden canviar de «zona» sense canviar de direcció. Cada vegada que un braç deixa la seva posició natural (zona exterior) per col·locar-se davant o darrere del cos, són necessàries les agulles per precisar-ne la posició exacta.

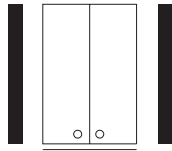


Figura 65. Posició normal dels braços al llarg del cos; les agulles són inútils

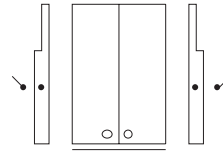


Figura 66. Primera posició clàssica dels braços: braç dret davant de la meitat dreta del cos, braç esquerre davant de la meitat esquerra del cos

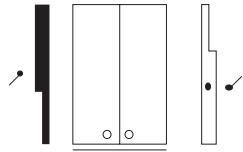


Figura 67. Posició «espanyola»: braç dret davant de la meitat del cos, braç esquerre darrere la meitat esquerra del cos

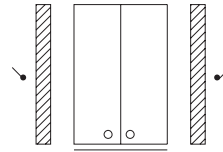


Figura 68. Posició dels braços anomenada *en couronne*: braços aixecats en una posició lleugerament avançada respecte al cos

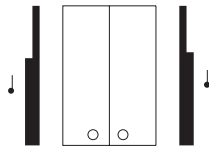


Figura 69. Els braços col·locats cap a la posició davant-baix s'ajunten exactament davant del mig cos; els avantbraços es toquen

LA VOLTA EIX

- 54 47. Un trajecte rectilini es tradueix per una successió de transferències. Els angles del trajecte es determinen de dues maneres diferents:
- per un canvi de direcció dels passos,
 - per un canvi d'orientació.

El canvi d'orientació és provocat per un gir de tot el cos anomenat «volta eix».

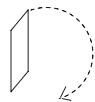
Una volta eix és una rotació, de durada il·limitada, al voltant d'un eix fix. Aquest eix és la línia vertical imaginària que divideix el cos en dues parts simètriques.

Les voltes eix s'escriuen a les columnes de transferència, a la banda de la «cama eix» que suporta el pes del cos, per mitjà d'un signe derivat del signe de base (vegeu el paràgraf 7):



Figura 70. Volta eix

48. Les dues indicacions diferents de volta eix permeten distingir la volta a la dreta (en el sentit de les agulles del rellotge) de la volta a l'esquerra (en el sentit contrari al de les agulles del rellotge).



Volta a la dreta



Volta a l'esquerra

Figura 71

El signe de la volta és més o menys llarg segons la durada de la volta.

49. Per indicar els graus de la volta, es fan servir les agulles negres que s'inscriuen a l'interior del signe de volta:

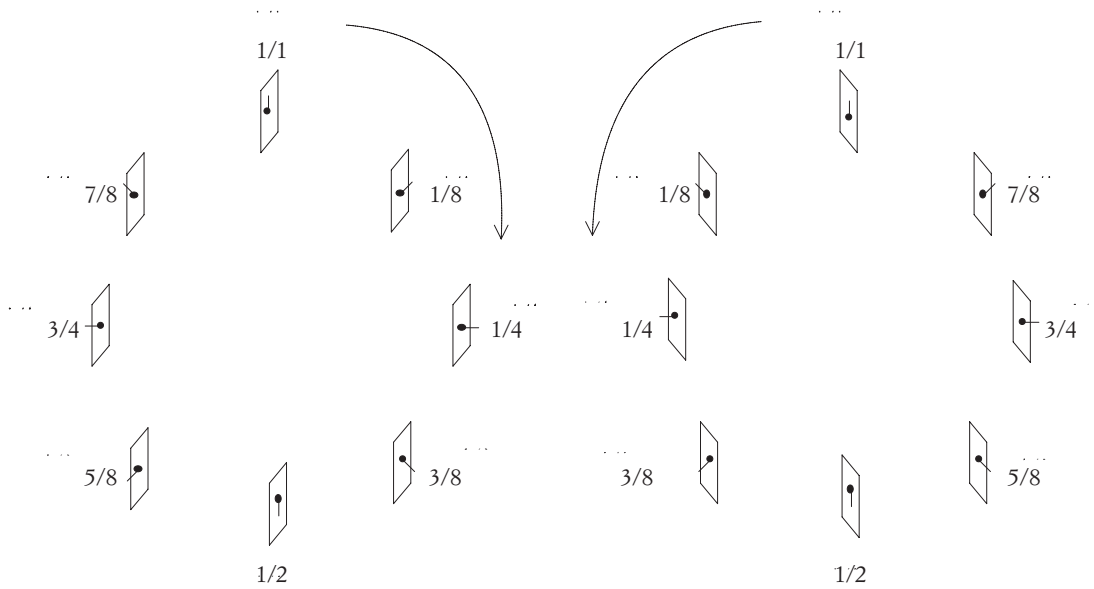


Figura 72. Els graus de la volta eix

50. En el cas de voltes successives en el mateix sentit, unides per passos intermedis, els graus de les voltes se sumen: després d'haver arribat a una orientació qualsevol, el grau de la volta següent es compta a partir de l'orientació adquirida anteriorment (vegeu figura 73).

En el cas de voltes successives en sentit oposat, unides per passos intermedis, els graus es resten (vegeu figura 74).

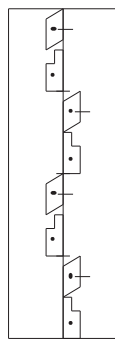


Figura 73. Marxa en quadrat

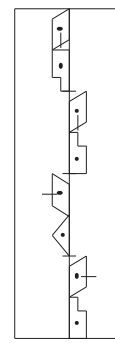


Figura 74. Marxa en línia recta

51. Per regla general, el signe de volta no comporta cap indicació de nivell, que ja és donada pels signes de direcció que precedeixen i segueixen la volta (vegeu figura 75). Tanmateix, en cas de canvi de nivell durant la volta, es pot incloure, al principi o bé al final del signe de volta, la marca del nivell adequat per a la cama que fa d'eix i que està recolzada. La marca del nivell no omple mai el signe de volta (vegeu figura 76).

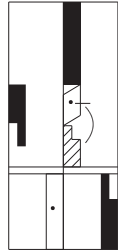


Figura 75. Volta sobre una cama 1/4 de tour piqué en arabesque

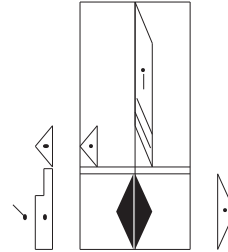


Figura 76. Volta sobre una cama. Mitja volta enfora 1/2 tour en dehors en segona posició

56

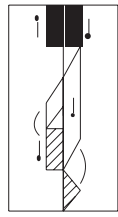


Figura 77. Volta sobre totes dues cames tour enveloppé (sobre tots dos peus)

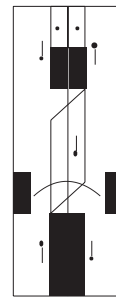


Figura 78. Volta sobre totes dues cames tour en l'air

Nota. Un arc vertical d'unió, com els de les figures 75 i 77, indica la simultaneïtat de dues accions (transferència i volta). La durada d'aquesta simultaneïtat es determina per la longitud de l'arc.

El signe de front

52. El signe de front serveix per situar el personatge en l'espai on es mou: teatre, sala, a l'aire lliure o bé en qualsevol altre lloc.

Aquest espai és simbòlicament representat per un quadrat: □, a l'interior del qual se suposa que hi ha el personatge.

L'agulla plana utilitzada segons una de les vuit inclinacions possibles (vegeu figura 79) i inscrita en el quadrat indica l'orientació del personatge en l'espai on es mou.

El front de partida pot ser el públic, una paret, un objecte i, en general, qualsevol punt de referència.

Després de cada volta, el personatge pot adquirir una nova orientació en relació amb el front de partida anteriorment determinat.

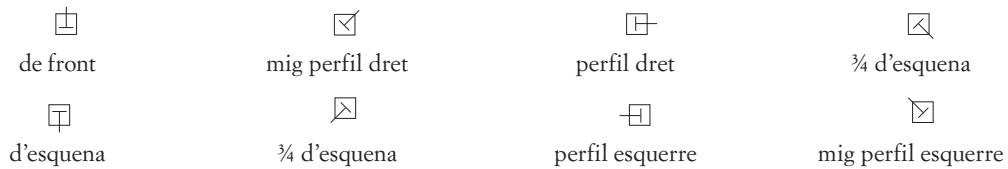


Figura 79

53. El signe de front es col·loca al principi, sota el cinetograma, i després sota cada nou pentagrama, a la part inferior de la pàgina; a més, està escrit a la dreta del pentagrama, al marge, després de cada nova indicació de volta.

57

Aquest procediment permet la lectura d'un cinetograma en qualsevol lloc: el signe de front indica cada nova orientació adquirida durant l'execució d'un moviment.

En conseqüència, per posar-ne un exemple, les figures 73 i 74 es completen així:

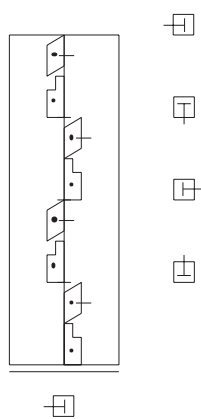


Figura 80

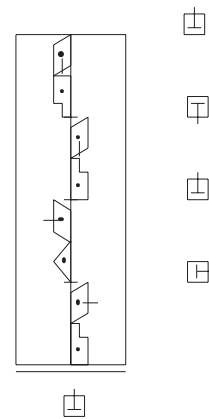


Figura 81

Nota. Als Estats Units col·loquen el signe de front a l'esquerra del pentagrama.

LA ROTACIÓ

- 58 54. Anomenem rotació tot moviment d'un membre o una part del cos (braços, cames, cap, tronc, etc.) al voltant del seu eix. Aquests moviments són naturalment limitats per l'anatomia del cos humà.
- El moviment de rotació s'inscriu com un signe de volta a les columnes de gestos. És així que, per al lloc del signe de volta sobre el pentagrama, sabem que es tracta d'una rotació o d'una volta eix.
- Un signe de volta «cap a la dreta» indica una rotació cap a la dreta. Un signe de volta «cap a l'esquerra» indica una rotació cap a l'esquerra.

55. Les agulles blanques utilitzades segons vuit inclinacions i inscrites a l'interior del signe precisen el grau de rotació del membre o de la part del cos respecte a la seva posició normal.

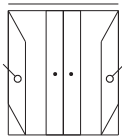


Figura 82. Rotació 1/8 enfora

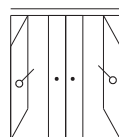
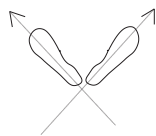
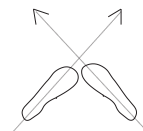


Figura 83. Rotació 1/8 endins



56. Els graus de rotacions successives no se sumen els uns als altres ni es resten: simplement defineixen les posicions successives (vegeu figura 84).
- Un pas intermediari per la posició normal no necessita ser anotat (vegeu figura 85).

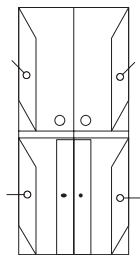


Figura 84

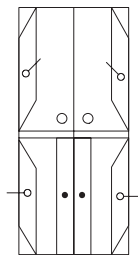
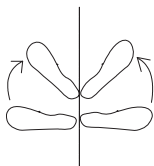
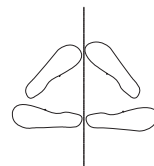


Figura 85



57. L'absència de rotació (estat normal), o el retorn en aquest estat, és representat per la reunió dels signes de volta a la dreta i a l'esquerra.



Figura 86. Absència de rotació

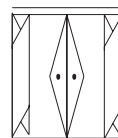


Figura 87. Peus separats i paral·lels (en segona posició)

58. L'efecte d'una indicació de rotació o d'absència de rotació és vàlid fins que trobem un nou signe de rotació que provoca un canvi d'estat (vegeu figura 88).

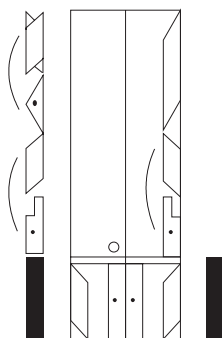


Figura 88. Peus junts, cames enfora; aixecar el braç esquerre i la cama dreta endavant en rotació endins; obrir el braç anul·lant la rotació i girar la cama dreta en rotació enfora (mantenir-la cap enfora)

Els dos arcs d'unió petits indiquen la simultaneïtat de la rotació i del moviment.

Nota. L'absència de les agulles indica que es deixa a l'elecció de l'executant el grau de la rotació.

ELS SIGNES D'AMPLITUD

- 60 59. Tot moviment es pot executar d'una manera més o menys àmplia respecte a la normal: un pas pot ser més o menys ampli; un membre, braç o cama, pot estar més o menys estirat, més o menys doblegat.
Per indicar aquestes diferències, es fan servir dos signes:

× amplitud més petita √ amplitud més gran

Un signe d'amplitud es col·loca sota el signe de direcció al qual es refereix; la longitud del conjunt –signe de direcció més signe d'amplitud– determina la durada del moviment.

Utilització dels signes d'amplitud per als passos

60. Els signes d'amplitud s'utilitzen quan els passos són més curts o més llargs que la dimensió normal.

La «normalitat» depèn de cada individu, ja que la longitud del pas mitjà és proporcional a la talla; així doncs, un pas gran o petit és proporcional al pas normal.

Es consideren dos graus d'amplitud, però sempre que calgui es pot utilitzar una escala més diferenciada:

| | |
|--|--|
| × un pas petit (2/3 d'un pas normal) | √ un pas gran, d'una semilongitud suplementària |
| ⊗ un pas molt petit (1/3 d'un pas normal) | ∕ un pas molt gran, d'una longitud suplementària |

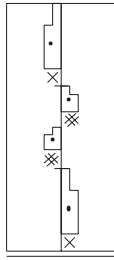


Figura 89. Quatre passos petits, dos dels quals són més petits i dues vegades més ràpids

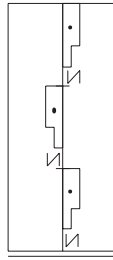


Figura 90. Tres passos grans endarrere (la dimensió del pas no té influència sobre la velocitat)



Figura 91. *Grand fondu* a la dreta

Utilització dels signes d'amplitud per als gestos de la cama

61. Els signes d'amplitud s'utilitzen en les columnes dels gestos per indicar les flexions i les extensions de les diferents parts del cos.

Els signes de flexió o d'extensió de les cames s'inscriuen en les columnes dels gestos de la cama, sota el signe de direcció al qual estan subjectes; la durada del moviment es determina per la llargada total del signe de direcció i del signe d'amplitud.

La flexió

62. La flexió de la cama sobre la cuixa té l'efecte d'acostar l'una cap a l'altra, fins que el taló toca el plec de l'entrecreix.

La flexió es pot fer en diferents direccions, segons diverses rotacions i a diferents nivells.

63. La cama forma, amb la cuixa, una mena de compàs: la cama estirada seria comparable a un compàs obert a 180°, i el genoll en seria la frontissa.

Segons l'angle format per la cama i la cuixa, distingim sis graus de flexió, marcats pels signes de la pàgina següent.

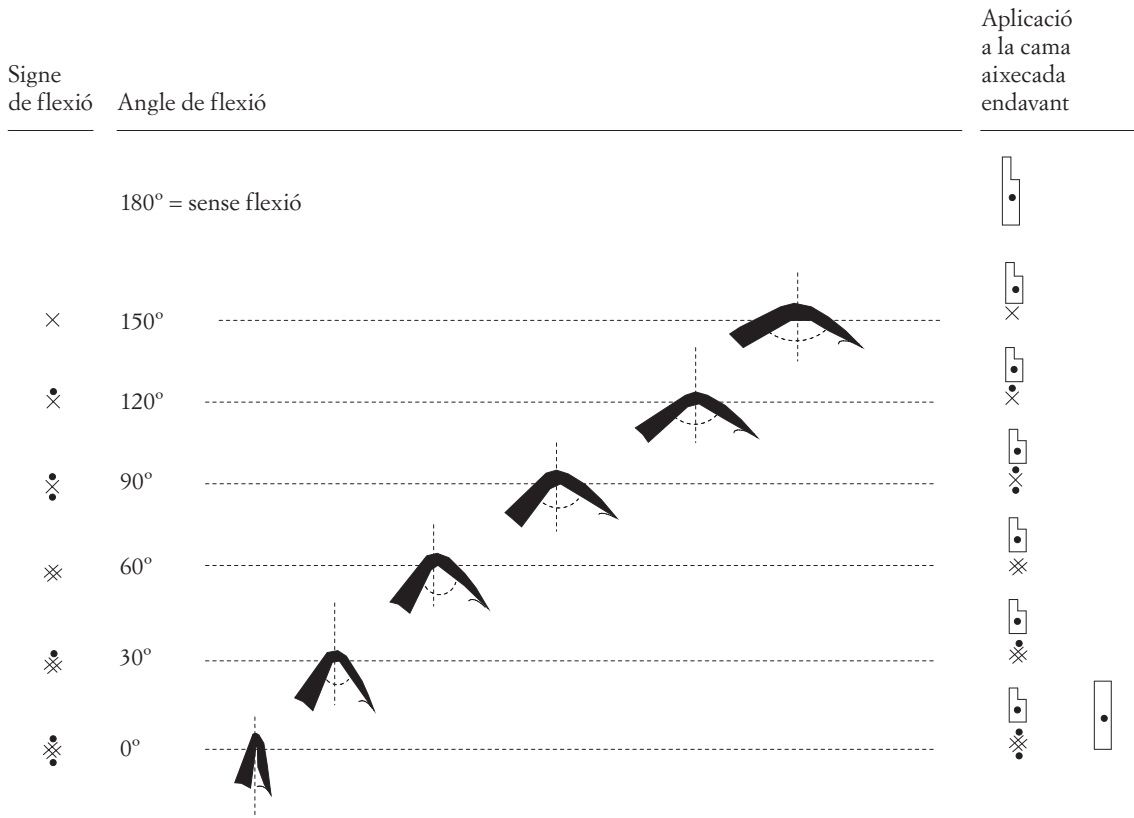


Figura 92

La cama estirada (compàs obert a 180°) és indicada per un signe de direcció, sense signe de flexió.

La cama doblegada al màxim és indicada pel signe de direcció «en el lloc».

Els graus de flexió concerneixen l'espai ocupat per la cama (o el braç), però no la direcció o la rotació.

64. Exemples de flexió del mateix grau (150°) executada en direccions diferents:

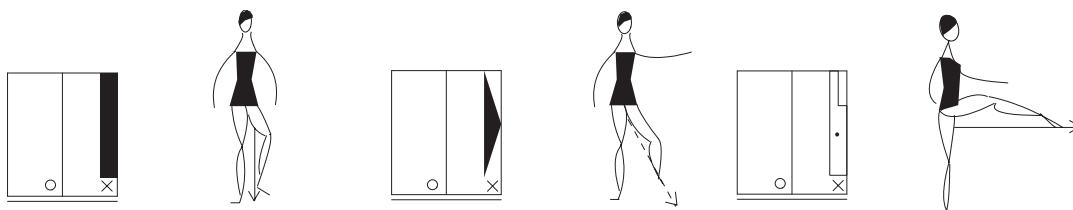


Figura 93

Exemples de sis graus de flexió executada en la mateixa direcció (en el lloc-baix):

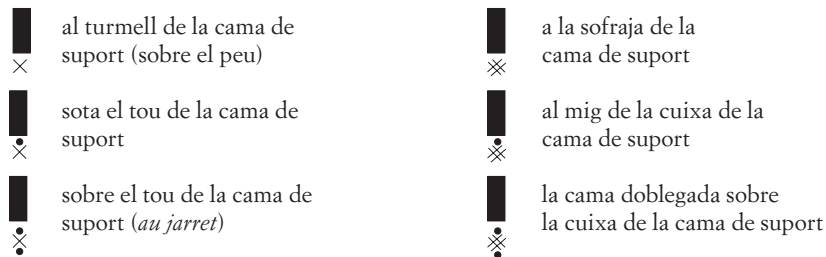


Figura 94

Exemples d'un mateix grau de flexió aplicat a la mateixa direcció que la cama però amb rotacions diferents:

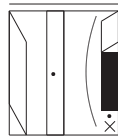


Figura 95 a. La cama dreta està doblegada, i el genoll, orientat cap al costat, conseqüència de la rotació de la cama

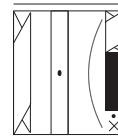


Figura 95 b. La cama dreta està doblegada, i el genoll, orientat endavant, conseqüència de l'absència de rotació

L'extensió

65. La cama normalment estirada, sense esforç, pot allargar-se sota l'efecte d'una extensió voluntària.

Es consideren només dos graus d'extensió:



Figura 96. La cama està estirada

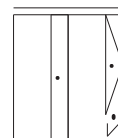


Figura 97. La cama està molt estirada (però sense desplaçament del maluc)

Nota. Els moviments (flexió o extensió) que fan servir només part de la cama (cuixa, part baixa de la cama o peu) o del braç (part alta del braç, avantbraç o mà) seran estudiats en el paràgraf 92.

Ús dels signes d'amplitud per als gestos del braç

66. Les regles que es refereixen als gestos de la cama s'apliquen igualment als gestos del braç.

Els signes de flexió i d'extensió dels braços s'inscriuen en les columnes de gestos del braç, sota el signe de direcció al qual estan subjectes; la durada del moviment la determina la longitud total del signe de direcció i del signe d'amplitud.

La flexió

67. La flexió de l'avantbraç sota el braç, el colze entès com a frontissa, té els mateixos graus que els de la flexió de la cama (vegeu figura 92).

64

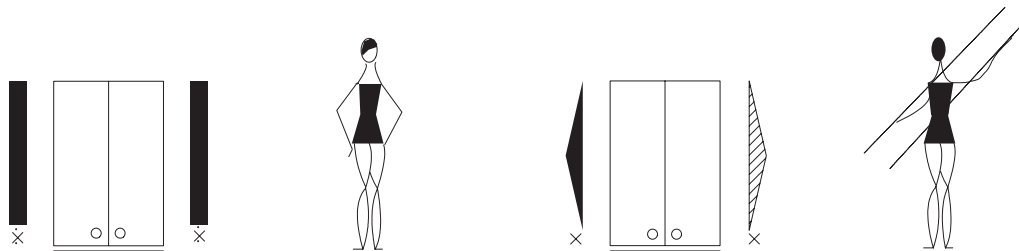


Figura 98

Figura 99

L'extensió

68. Com per als gestos de la cama, es consideren només dos graus d'extensió:

- ∨ el braç està estirat
- ∨̇ el braç està molt estirat (però sense incloure l'espatlla) (vegeu figura 100)

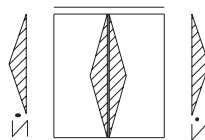



Figura 100. Recolzament sobre tots dos peus separats (sobre la mitja punta), braços estesos aixecats en «V»

69. Recordatori: regla comuna que es refereix a la direcció dels gestos de cama i dels gestos de braç:

- la direcció del moviment és determinada per la línia recta que uneix el maluc i el peu (per a la cama doblegada) o l'espatlla i la mà (per al braç doblegat), qualsevol que sigui el grau de la flexió (vegeu figura 93),

- el signe «en el lloc»  en una columna de gestos indica una flexió total del braç o de la cama que es consideren, és a dir, l'aproximació màxima dels segments del braç i de la cama.

La constant

70. La constant és un fragment del pentagrama, una mena de clau, col·locada al principi d'un cinetograma. Conté indicacions vàlides per a tota la partitura. Entre altres coses permet facilitar amb precisió el grau constant de l'extensió o de la rotació de les cames.

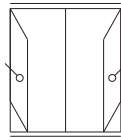


Figura 101. Aquesta constant indica que les cames guardaran una rotació d' $1/8$ enfora al llarg de la partitura (per exemple: dansa folklòrica)

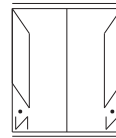



Figura 102. Aquesta constant indica que les cames estaran en rotació d' $1/4$ enfora al llarg de la partitura (per exemple: ballet acadèmic)

ELS SIGNES DE RECOLZAMENT DEL PEU

- 66 71. Un arc d'unió horitzontal marca un contacte:  Les dues extremitats de l'arc indiquen la part o les parts del cos, l'objecte o objectes que es toquen; i la col·locació del signe de contacte precisa el moment del contacte (vegeu «Els signes de relació», paràgrafs 98 i 99).
Si les dues extremitats de l'arc uneixen un gest de la cama a un altre gest de cama, això significa que totes dues cames es toquen (vegeu figura 103).

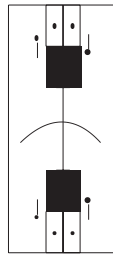


Figura 103. Contacte de les cames durant el *changement de pied*

72. El peu pot entrar en contacte amb el terra, el taló, la mitja punta o la planta del peu. Per precisar la part del peu de què es tracta, es fan servir els signes de recolzament (derivats del signe de contacte).

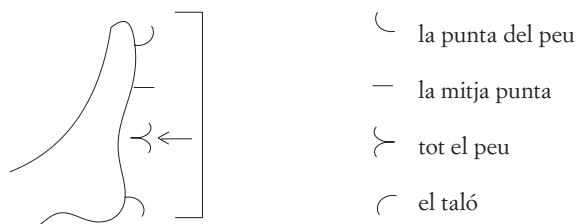


Figura 104

73. Els signes de recolzament s'utilitzen:

- a les columnes de gestos de les cames, per significar el recolzament sense suport,
- a les columnes de transferència, per significar el recolzament amb suport.

Recolzament sense suport

74. Els signes de recolzament es col·loquen al costat interior del signe de direcció, en les columnes de gestos de la cama.

La seva posició sobre el signe de direcció indica el moment del contacte:



Figura 105 a. Recolzar la punta del peu al final del gest endavant; es manté el contacte fins al gest o la transferència següent del pes d'aquesta cama



Figura 105 b. Tocar el terra amb la mitja punta del peu, a la meitat del gest, i després aixecar la cama cap al costat, a 45°



Figura 105 c. Tocar el terra amb el taló al principi del gest endarrere

67

75. Dos signes de recolzament, semblants o no, lligats a un signe de direcció, determinen un moviment de lliscament, ja que la durada del contacte se situa entre els dos signes de recolzament:



Figura 106. *Rond de jambe à terre.* El peu dret, recolzat sobre la punta, passa lliscant sobre tota la superfície de la planta, fins a arribar al davant recolzant la punta; després el peu segueix el seu arc de cercle de costat fins al darrere mantenint el contacte de la punta amb el terra

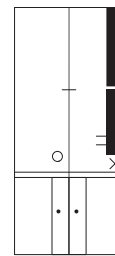


Figura 107. *Retirer* la cama dreta fregant el terra amb la mitja punta; després *dégager* la cama cap endavant

Recolzament amb suport

76. Els signes de recolzament es col·loquen al costat exterior del signe de direcció, en les columnes de transferència del pes.

La seva posició sobre el signe de transferència del pes no té importància. Aquests signes es col·loquen generalment en la meitat del signe de direcció.

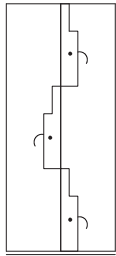


Figura 108. Marxa sobre els talons

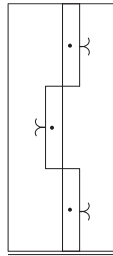


Figura 109. Trepitjar

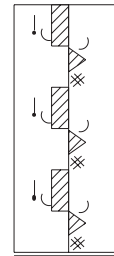


Figura 110. *Petite menée sur pointes*

68

77. Dos signes de recolzament semblants, units a un signe de direcció, indiquen un pas de lliscament:

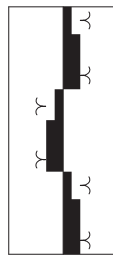


Figura 111. Marxa arrossegant els peus

Però dos signes de recolzament diferents, units a un mateix signe de direcció, signifiquen el pas d'una part del peu sobre una altra:

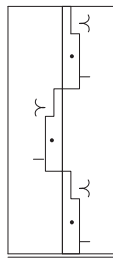


Figura 112. Marxa ballada (mitja punta, taló)

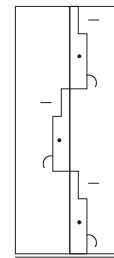


Figura 113. Marxa prudent (taló, mitja punta)

EL TRAJECTE SOBRE UN CERCLE

78. Fins ara, el trajecte, resultant d'una successió de passos, de salts, de voltes eix, en qualsevol direcció, tenia un traç rectilini, tallat per angles vius (canvi de direcció dels passos).

69

Al mateix temps d'executar passos en una direcció qualsevol, es pot descriure un cercle. Per tant, entren en joc dos factors:

- la posició del personatge respecte al centre del cercle sobre el qual es mou,
- la direcció dels passos respecte a si mateix.

79. Per indicar que l'encadenament de passos segueix una corba, s'afegeix un signe derivat del signe de volta. Aquest signe es col·loca a l'exterior del pentagrama, a la dreta.

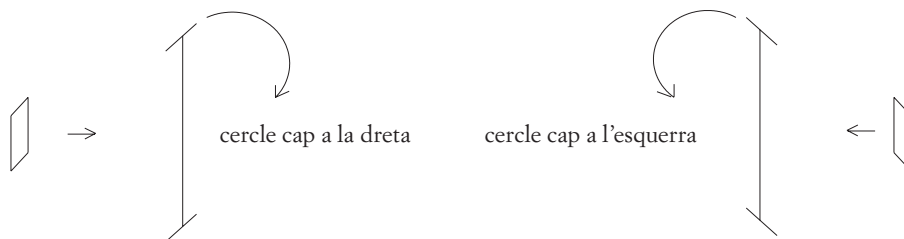


Figura 114

80. Igual com per a la volta, es precisa el grau del trajecte amb ajuda d'agulles (vegeu figura 115).

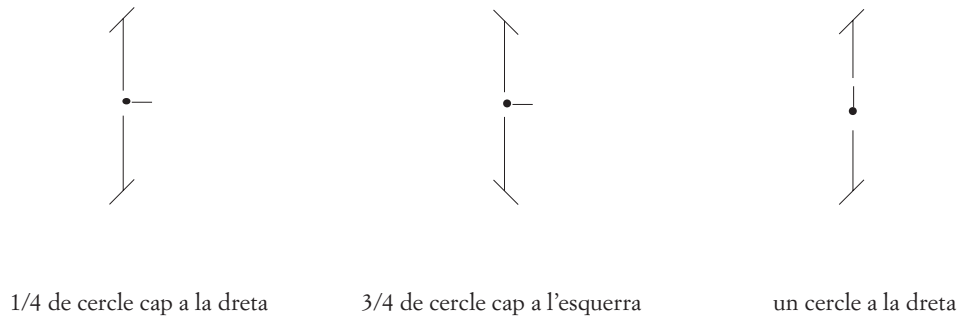


Figura 115

Tanmateix, de vegades el grau no és precisat perquè l'execució de la dansa descriu una porció de cercle, un cercle, i fins i tot cercles *ad libitum*, com per exemple en certes danses folklòriques.

70

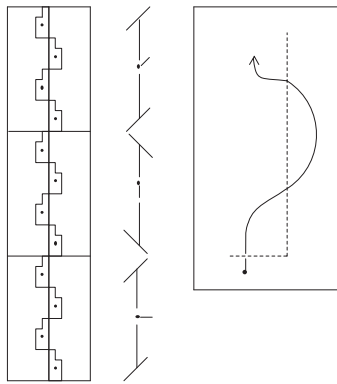


Figura 116. Marxa sinusoïdal

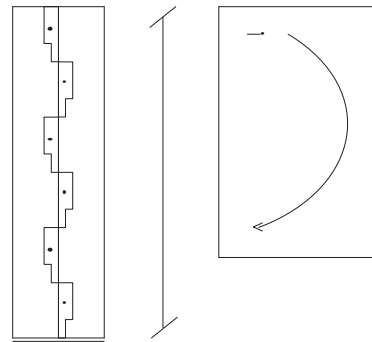



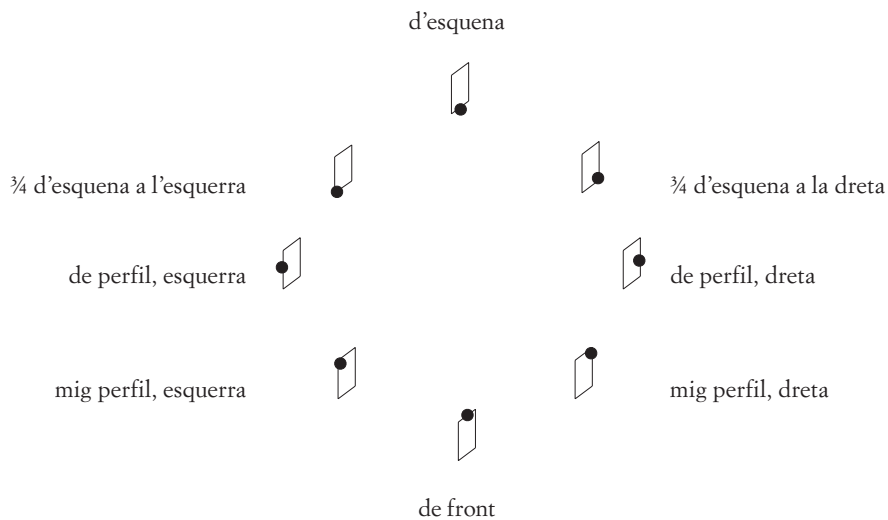
Figura 117. Sis passos endarrere sobre un cercle

81. La direcció dels passos serà diferent en un trajecte en cercle segons la posició del personatge en relació amb el centre del cercle. Aquesta posició ha de ser indicada amb precisió. Segons aquesta posició, s'ha de tenir en compte que el desplaçament pot ser en el sentit del desplaçament de les agulles del rellotge o bé en el sentit contrari. Així, per exemple, si el personatge fa un trajecte circular, de cara al centre, en el sentit del moviment de les agulles del rellotge, els seus passos seran «a l'esquerra». Al contrari, si fa aquest trajecte, en la mateixa posició (de cara al centre), però en el sentit oposat al moviment de les agulles del rellotge, els seus passos seran «a la dreta». En la posició d'esquena al centre, les direccions dels passos seran exactament contràries segons el trajecte en el sentit del moviment de les agulles del rellotge o en el sentit oposat.

82. Per assolir aquest efecte s'ha d'utilitzar el signe posicional:  el punt negre del qual representa la posició del personatge en relació amb el centre del cercle.

El signe posicional es col·loca a l'exterior del pentagrama, a la dreta, com el signe de front.


83. Quadre de les posicions del personatge en relació amb el centre, per desplaçar-se en un cercle en el sentit del moviment de les agulles del rellotge:




71

Figura 118

Cada posició d'aquest quadre correspon a 1/8 de volta.

Els signes, proveïts dels mateixos punts, seran inclinats a l'esquerra per desplaçar-se en un cercle cap a aquesta direcció: 

84. Al principi, sota el cinetograma i abans de tot desplaçament, s'ha d'inscriure un signe neutre format per la superposició de les inclinacions «a la dreta» i «a l'esquerra» del signe posicional: 

Aquest signe té un doble objectiu:

- determina, al començament, la posició del personatge o personatges en el cercle en relació amb el centre;
- prepara un desplaçament en el cercle cap a la dreta o cap a l'esquerra.



Figura 119

85. Exemples de trajecte sobre un cercle (quadre de recapitulació).
 Les agulles marquen el front inicial del personatge (vegeu paràgraf 139).

72

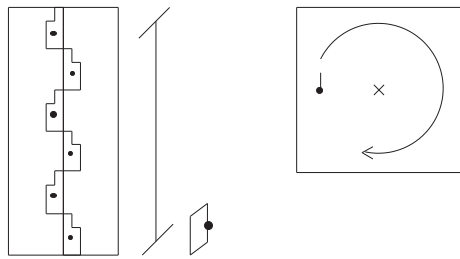


Figura 120. Marxa endavant a la dreta

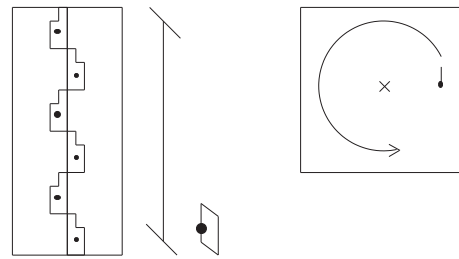


Figura 121. Marxa endavant a l'esquerra

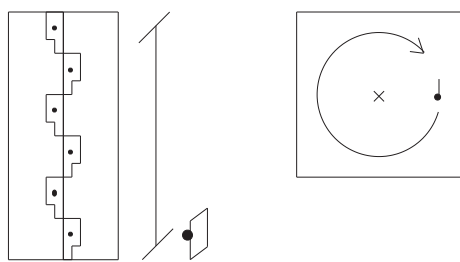


Figura 122. Marxa endarrere a la dreta

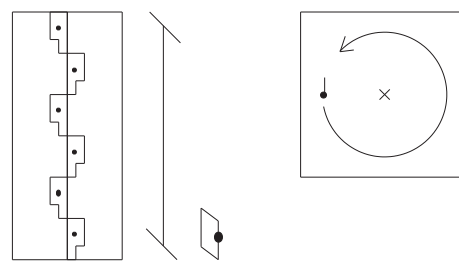


Figura 123. Marxa endarrere a l'esquerra

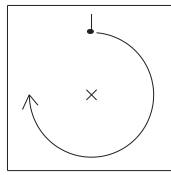
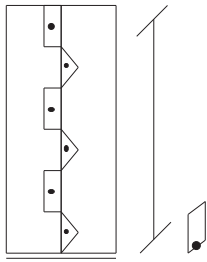


Figura 124. Marxa a la dreta amb la dreta

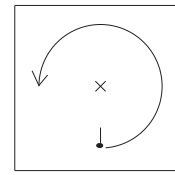
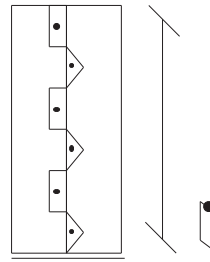


Figura 125. Marxa a la dreta amb l'esquerra

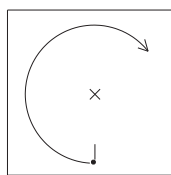
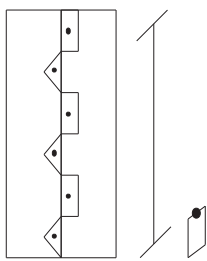


Figura 126. Marxa a la dreta, amb l'esquerra

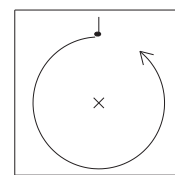
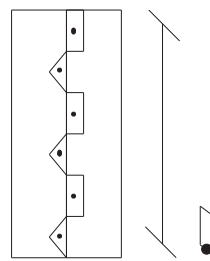


Figura 127. Marxa a l'esquerra, amb l'esquerra

En les marxes en diagonal, varien les posicions del personatge entre els mitjos perfils i els 3/4 d'esquena.

ELS SIGNES DEL COS

74 86. Els principals signes del cos es reparteixen en quatre grups:

1. El cap

el cap 

la cara 

2. El tronc


el tòrax 

la cintura 

la pelvis 

el tronc 

3. Els membres superiors

les espatlles 

els colzes 

els canells 

les mans 

els dits de les mans 

les palmes 

4. Els membres inferiors

| | |
|-----------------------|-------|
| els malucs | + |
| els genolls | ⊕ |
| els turmells | ≡ |
| els peus | ≡ |
| els dits dels peus | ≡ |
| les plantes dels peus | ≡● ≡● |

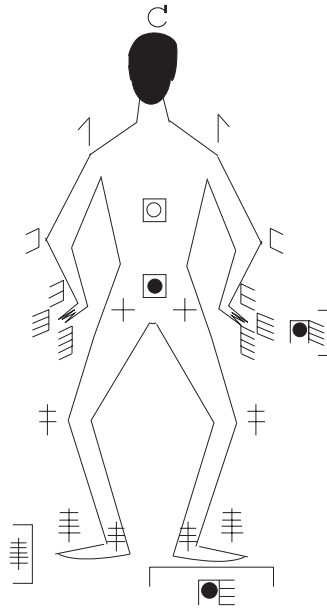


Figura 128

Figura 129

87. Els signes del cos es col·loquen en el pentagrama a les columnes següents:
- els signes del tronc, a les columnes de la part alta del cos,
 - els signes dels membres superiors, a les columnes dels gestos dels braços i a les columnes següents,
 - els signes dels membres inferiors, a les columnes dels gestos de les cames, o si falta lloc, a les de la part alta del cos,
 - els signes del cap es col·loquen a la dreta, a l'exterior del pentagrama.

Nota. Aquest paràgraf serà desenvolupat a la «Gramàtica de la notació Laban 2».

Els moviments de les parts del cos

88. Cada moviment d'una part del cos s'indica amb un signe de direcció, de rotació o de flexió col·locat sobre el signe del cos.
 Es repeteix el signe del cos sota cada signe de direcció, però es pot substituir pel signe < , > anomenat «gafet d'analogia», que significa «la mateixa part del cos» (vegeu figura 155).

Els moviments del tronc (de la pelvis a les espatlles)

89. Es determina el nivell mitjà del tronc per un pla virtual, paral·lel al terra passant pel nivell dels malucs.

La posició natural del tronc, dret, està sobre el pla virtual; així doncs, el nivell de la posició és alt (vegeu figura 130).

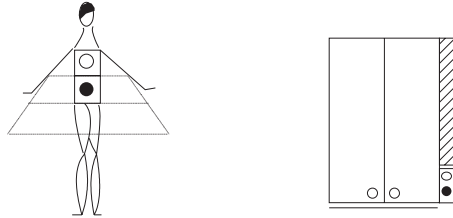


Figura 130

Si el tronc s'inclina a l'horitzontal, el nivell és mitjà. Inclinat per sota de l'horitzontal, el tronc arriba al nivell baix.

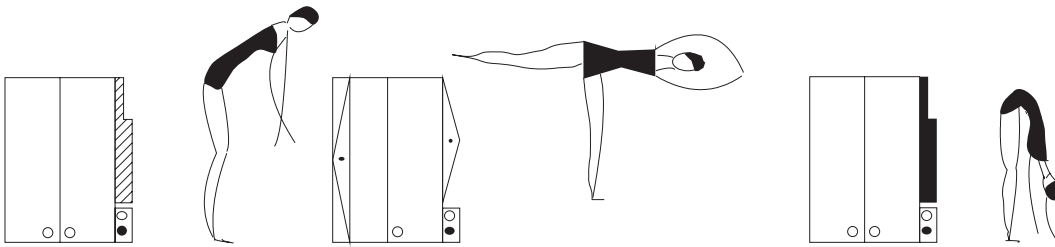


Figura 131

Figura 132

Figura 133

Els moviments del tòrax (de la cintura a les espatlles)

90. Es determina el nivell mitjà del tòrax per un pla virtual, paral·lel al terra, passant al nivell de la cintura.

La posició normal del tòrax és vertical-alta, perquè es troba sobre el pla virtual (vegeu figura 134).

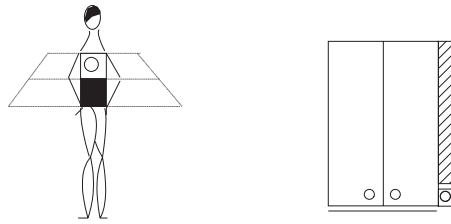


Figura 134

Qualsevol moviment del tòrax sobre el pla virtual és de nivell alt (vegeu figura 135). Qualsevol moviment a nivell del pla virtual és de nivell mitjà. No són possibles els moviments del tòrax de nivell baix quan el personatge està dret (vegeu figura 136). Si un signe de direcció, col·locat sobre un signe del cos, indica una inclinació de la part del cos a la qual es refereix, un signe de rotació, col·locat sobre un signe del cos, indica una torsió d'aquesta part (vegeu figura 137).

77

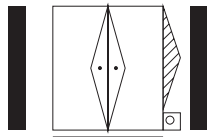


Figura 135. Peus separats, inclinar el tòrax de costat

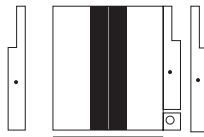


Figura 136. Inclinar el tòrax cap endavant en *demi-plié*

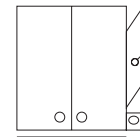


Figura 137. Girar el tòrax 1/8 a la dreta

Els moviments de la pelvis seran estudiats a la «Gramàtica de la notació Laban 2».

Els moviments de la part alta del cos

91. Quan, a les terceres columnes del pentagrama, hi ha signes de direcció aïllats (com a les primeres, segones i quartes columnes), es tracta de la representació dels moviments anomenats «moviments de la part alta del cos».

Aquest terme s'aplica als diferents moviments que efectua, en diferents situacions, el bust, moviments generalment ocasionats pels braços; aquests moviments provoquen inclinacions, torsions, flexions, més o menys combinats (moviments de la vida quotidiana). Els nivells alt, mitjà i baix de les direccions es determinen segons el grau de participació de la columna vertebral: 1/3, 2/3 o total a partir de la base del clatell. El cap participa poc en aquests moviments (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 2»).

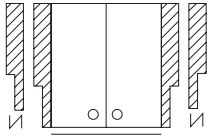


Figura 138. Lleugera flexió del bust, endarrere

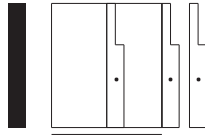


Figura 139. Allargar el braç per dir «bon dia»; s'avança la regió de l'espatlla



Figura 140. Forta flexió i torsió del bust cap enrere (com per agafar alguna cosa de terra)

Els moviments de les parts dels membres

92. Un moviment d'una part dels membres es defineix per l'articulació de l'extremitat distal del segment considerat. És a dir:

- un moviment de la cuixa es defineix per la direcció del genoll (vegeu figura 141),
- un moviment de la part baixa de la cama es defineix per la direcció del turmell (vegeu figura 142),
- un moviment de la part alta del braç es defineix per la direcció del colze (vegeu figura 143),
- un moviment de l'avantbraç es defineix per la direcció del canell (vegeu figura 144),
- un moviment de la mà sencera o de tot el peu es defineix per la direcció dels dits si aquests es troben en la prolongació de la palma (vegeu figura 145).

78

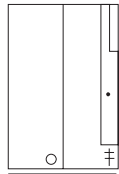


Figura 141

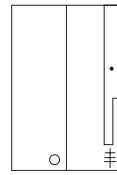


Figura 142

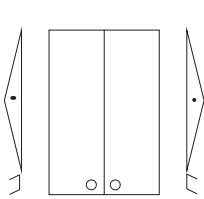


Figura 143

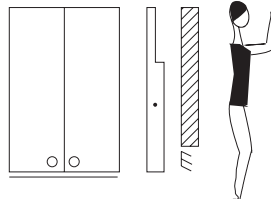


Figura 144



Figura 145

93. S'apliquen les mateixes regles a la mà que al peu. Però per evitar haver d'escriure certes rotacions mínimes, s'utilitzen els signes de la palma i de la planta del peu; aquests signes defineixen una superfície. Acompanyats per una indicació de direcció, marquen la direcció de la palma i de la planta del peu.

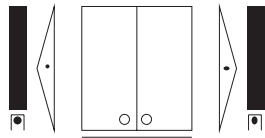


Figura 146. Braços estesos de costat, palmes mirant a terra

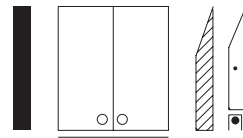


Figura 147. Braç dret aixecat en diagonal, nivell alt, endavant; la palma mira cap a la diagonal a nivell mitjà

Nota. Com qualsevol indicació de direcció, aquesta és vàlida fins al signe següent que la modifica.

79

Els moviments del cap

94. El cap, en la posició normal, està en el nivell alt. Segons les inclinacions per sobre, per sota o en el nivell d'un pla virtual passant per les vèrtebres cervicals i paral·lel al terra, les direccions dels moviments del cap poden ser altes, mitjanes o baixes. Un signe de rotació, col·locat sobre el signe del cap, indica una rotació del cap (vegeu figura 149).

El signe de la cara presenta els mateixos avantatges que els signes de la palma i de la planta del peu: permet especificar la direcció a la qual s'enfronta la cara (vegeu figura 150).

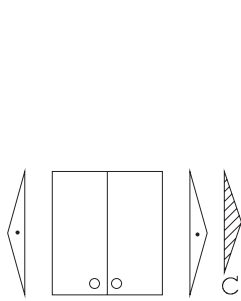


Figura 148. Inclinar el cap de costat

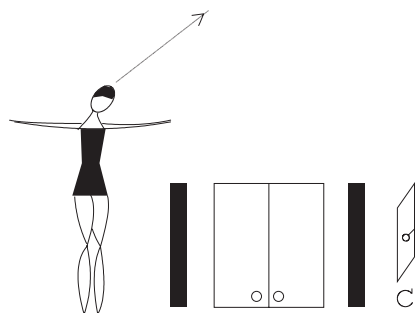


Figura 149. Girar el cap 1/8

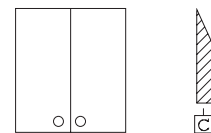


Figura 150. Mirar cap a la diagonal alta davant-esquerra

EL CENTRE DE GRAVETAT

- 80 95. El centre de gravetat és el punt d'encontre de la resultant de les forces que actuen sobre els diversos elements del cos. En el cos humà aquest punt se situa a la regió de la cintura pelviana (primera vèrtebra sacra, cinquena vèrtebra lumbar). L'equilibri del cos es manté mentre el punt de projecció geomètric del centre de gravetat sobre el pla de suport cau a l'interior de la «base» del polígon de sustentació, superfície que conté els punts de recolzament i que s'obté pel traçat de les línies que delimiten aquests punts (generalment els peus).

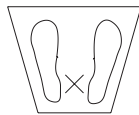


Figura 151 a

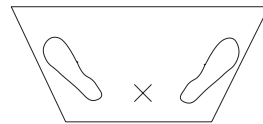


Figura 151 b.

96. Es representa el centre de gravetat amb un punt gros negre: ●. Generalment aquest signe es col·loca a les columnes de la part alta del cos. Però quan no hi ha lloc per indicar-lo, s'escriu a la columna dels gestos de les cames o a l'exterior del pentagrama, però mai a les columnes de transferència. Només s'utilitza quan està en joc l'equilibri del cos.

97. Determinació dels nivells del centre de gravetat.

En una persona dreta, en posició normal, el centre de gravetat es troba sobre el pla de suport: nivell alt.

Quan una persona s'ajup, s'asseu o s'ajeu, el centre de gravetat es troba molt a prop del pla de suport, o de vegades sobre el mateix pla de suport: nivell mitjà.

Si la persona se suspèn per les mans o pels peus, el centre de gravetat es troba sota el pla de suport: nivell baix.

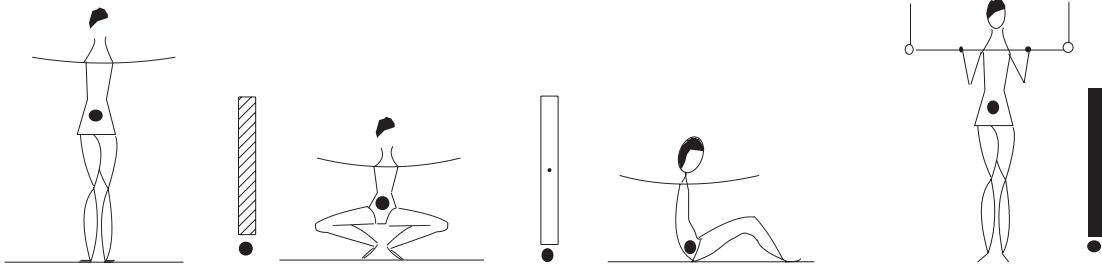


Figura 152 a

Figura 152 b

Figura 152 b'

Figura 152 c

Per escriure les situacions intermèdies del centre de gravetat entre els nivells alt i mitjà, mitjà i baix, s'utilitzen signes de petita amplitud amb signes de direcció «alt» i «baix». (Els graus d'amplitud corresponen als graus de la flexió, vegeu paràgraf 63.)

En alguns casos (per exemple, moviments ràpids), pot ser sobreentesa la indicació de la situació del centre de gravetat: els signes d'amplitud aïllats que apareixen a les columnes dels gestos de la cama determinen el grau de flexió de les cames durant el moviment; el seu efecte és momentani i és anul·lat pel moviment que segueix.

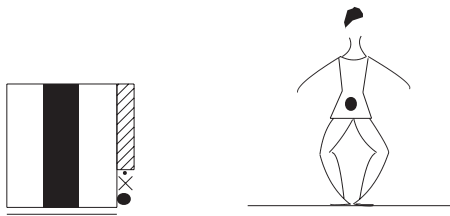


Figura 153. Posició *demi-plié*



Figura 154. Segona posició, molt doblegada i ampla

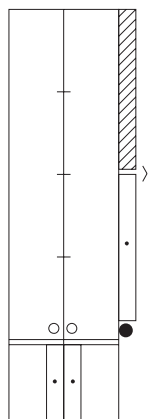


Figura 155. *Grand plié*

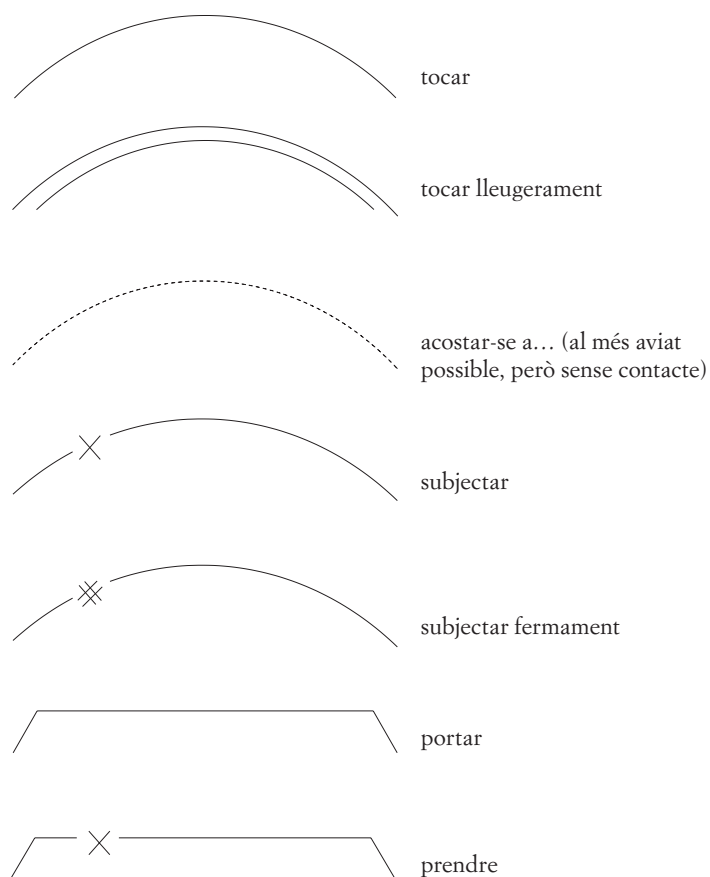


Figura 156. Saltar amb els peus junts, ajupir-se, aixecar-se saltant

Nota. El petit gafet (vegeu figura 155) suprimeix l'obligació d'inscriure el signe del centre de gravetat sota cada nou signe de direcció (vegeu paràgraf 88).

ELS SIGNES DE RELACIÓ

82 98. Els signes de relació són signes secundaris que estableixen amb precisió la relació entre dues parts del cos, entre dues persones o més, entre una persona i un objecte. Hem vist en el paràgraf 71 que els signes de recolzament del peu eren derivats del signe principal de contacte: un arc d'unió horitzontal. D'aquest signe, se n'han derivat els següents:



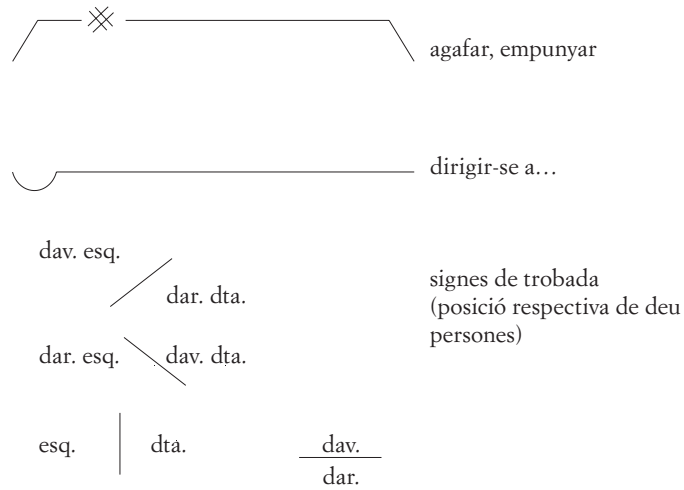


Figura 157

99. El lloc d'aquests signes sobre el pentagrama indica el moment del contacte. Aquest contacte dura mentre no hi hagi variació del moviment. Un canvi de direcció anul·la el contacte precedent (vegeu figura 159).

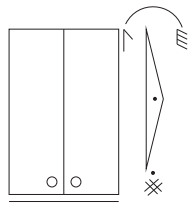


Figura 158. La mà dreta d'una persona sobre la seva espatlla dreta

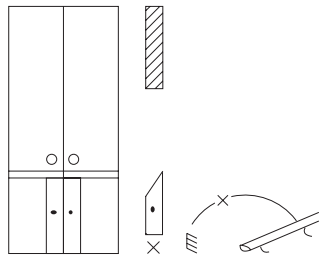


Figura 159. Agafar la barra amb la mà dreta, deixar-la aixecant el braç

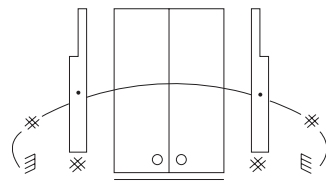


Figura 160. Creuar les mans



Figura 161. Tenir una poma a la palma de la mà dreta

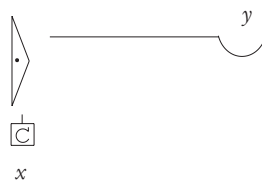


Figura 162. x mira y

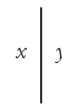


Figura 163. x es troba al costat de y

ELS SIGNES DE PAUSA

84 100. En un sentit general, la pausa és una parada, una interrupció momentània d'una acció.

Ja sabem que la parada de tot el cos en una posició qualsevol (parada del pes del cos) s'escriu amb un petit cercle col·locat en una columna de transferència (vegeu paràgraf 25). La noció d'una pausa pot aplicar-se igualment per determinar diferents relacions entre els gestos, entre les parts del cos, en l'espai.

Considerada sota tres formes, la pausa es representa així:

- pausa en el cos: ○
- pausa en l'espai: ◇
- pausa en el lloc: ◆

Aquests signes es col·loquen a les columnes de gestos.

La pausa en el cos

101. Aquest signe té la mateixa forma que el signe d'interrupció, però no és possible confondre'ls perquè no ocupen el mateix lloc en el pentagrama.

La pausa en el cos serveix per fixar una relació determinada entre dues parts del cos, relació que es manté constant quan hi ha un moviment provocat per una altra part del cos.

Un espai buit entre dos gestos de braç indica, com ja sabem, una parada del braç en la posició adquirida. Si, durant aquesta parada, el tronc s'inclina endavant esperant mantenir constant l'angle format pel braç amb el tronc (posició natural dreta), es necessita el signe de pausa en el cos (vegeu figura 164 a); així s'evita escriure la nova direcció del braç assolida durant el moviment del tronc (vegeu figura 164 b).

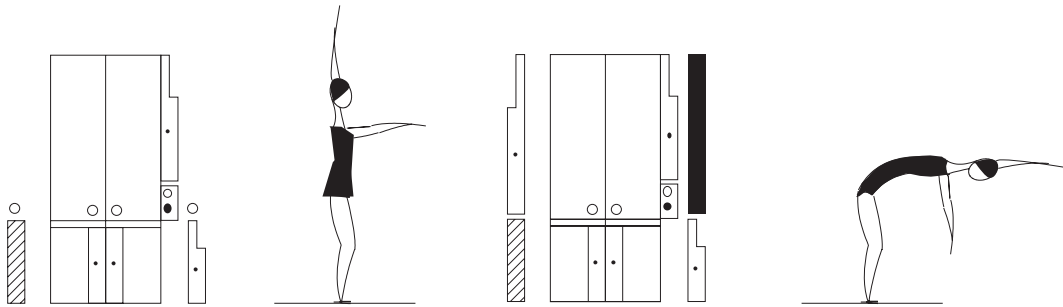


Figura 164 a

Figura 164 b

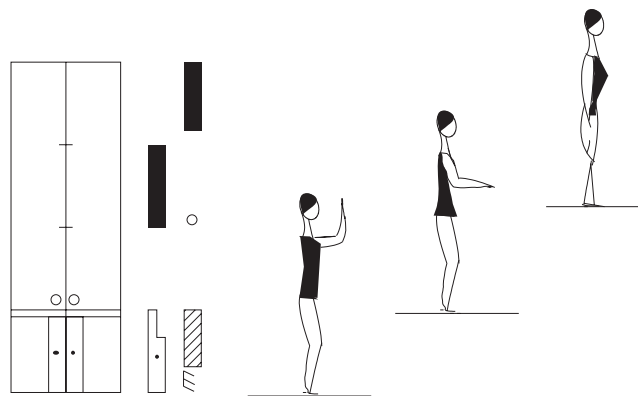


Figura 165. Baixar el braç mantenint l'angle format amb l'avantbraç; baixar l'avantbraç a partir de la prolongació del braç

Nota. El signe de pausa serveix solament per al moviment al qual s'aplica.

La pausa en l'espai

102. L'objectiu d'aquest signe és mantenir la part del cos considerada en una direcció espacial determinada, encara que altres parts del cos facin diferents moviments i torsions.

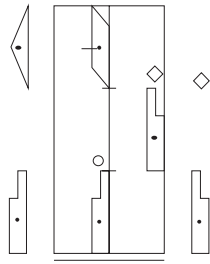


Figura 166. Aixecar la cama dreta endavant fins a l'horitzontal; fer 1/4 de *tour fouetté* sense arrossegar la cama ni el braç, que conserven la direcció adquirida; al final de la volta, la cama i el braç drets es troben al costat

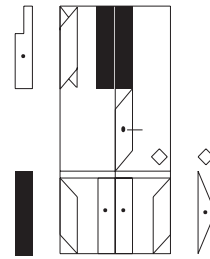


Figura 167. En primera posició oberta; aixecar el braç dret al costat; girar el cos sense arrossegar el braç dret ni moure el peu dret; al final de la volta, els dos peus estan paral·lels i els braços estesos endavant, gir sense fricció

86

La pausa en el lloc

103. L'objectiu d'aquest signe és fixar una part del cos en un lloc determinat (mantenir un contacte), encara que hi hagi moviment en el cos.

L'ús d'aquest signe evita haver d'escriure les variacions de posició que resulten de l'execució del moviment. Per exemple, flexió de la cama (vegeu figura 168) o moviment del braç dret (vegeu figura 169).

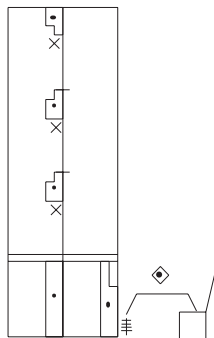


Figura 168. El peu dret és sobre el caire d'una cadira; en conseqüència es plega la cama durant els petits salts endavant

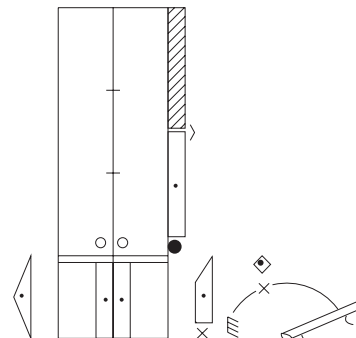


Figura 169. El braç dret canvia la direcció durant el *grand plié*: la mà queda sobre la barra

ELS SIGNES D'ANUL·LACIÓ

104. Cada nou signe de direcció, de rotació o d'amplitud indica un moviment, és a dir, una modificació de l'estat anterior. Aquest estat es manté fins a la indicació següent.

87

105. Per indicar un retorn a la posició normal, habitual, s'utilitzen dos signes anomenats d'«anul·lació»:

- El signe de «restabliment»: \wedge designa un retorn a la normalitat per a tota posició excepcional del cap, dels membres, del tronc i de les seves parts. Aquest signe es pot allargar com es vulgui, en funció de la durada d'aquest «retorn a la normalitat».

Nota. Als Estats Units han desenvolupat un altre signe d'anul·lació: \odot sinònim del signe de restabliment; el traç s'allarga segons la durada de l'anul·lació.

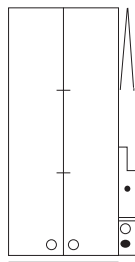


Figura 170. El tronc s'aixeca en el tercer temps, de manera que torna a la posició normal

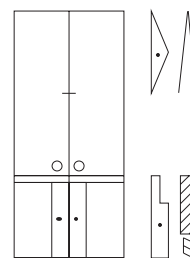


Figura 171. En el segon temps s'allarga l'avantbraç i, en el prolongament del braç, retorna a la posició normal

- El signe d'anul·lació de la rotació: ∇

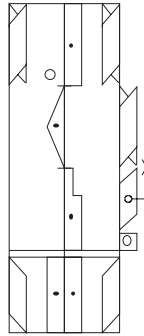


Figura 172. Al principi en primera posició oberta: tornar el bust cap a la dreta durant el primer pas; anul·lar aquesta rotació en el segon pas; després ajuntar els peus en primera posició paral·lela

88

106. Per indicar la supressió d'un contacte, es fa servir el signe: \curvearrowright
Aquest signe s'utilitza en dos casos:

- quan es tracta d'anul·lar un contacte, sense variació en el moviment (vegeu figura 173),
- quan es tracta d'anul·lar l'efecte d'una pausa en el lloc i per aturar la presa, és a dir, «tallar el contacte» (vegeu figura 174).

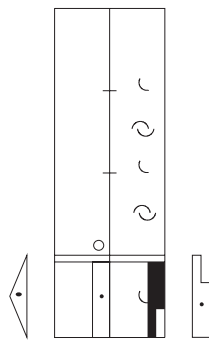


Figura 173. Cama dreta enrere, peu estès; només la punta manté contacte amb el terra; aixecar la punta dues vegades i recolzar-la

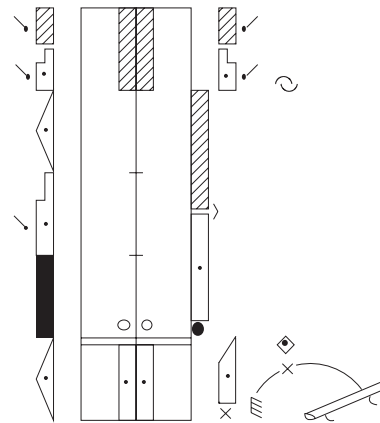
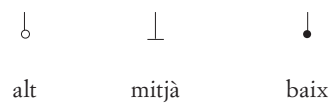


Figura 174. Grand plié: al final del moviment deixar la barra per aixecar els braços enlaire (*en couronne*)

ELS SIGNES DE POSICIÓ

107. Els signes de posició es presenten sota tres formes, corresponents als tres nivells:

89



Aquests signes tenen les mateixes indicacions que les de la figura 50.

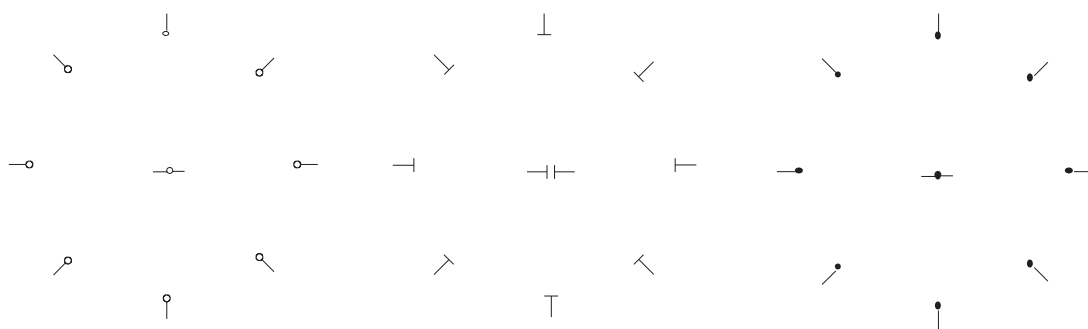


Figura 175

108. Les agulles centrals (dobles) tenen les significacions següents:

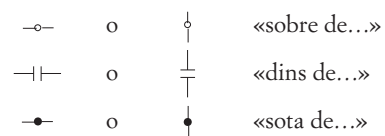


Figura 176

Les agulles perifèriques guarden les denominacions de la figura 50, però a més duen indicacions de nivells (alt, mitjà i baix).

Utilització dels signes de posició

109. Les agulles negres s'utilitzen per:

- precisar les posicions recíproques dels membres del cos i les posicions dels membres respecte al cos (vegeu «El signe de posició», paràgraf 39),
- indicar els graus de les voltes i dels trajectes (vegeu «La volta eix», paràgraf 49 i «El trajecte sobre un cercle», paràgraf 80).

Les agulles blanques s'utilitzen per:

- indicar els graus de torsió i de rotació (vegeu «La rotació», paràgraf 55).

90

Les agulles planes s'utilitzen per:

- precisar l'orientació dels signes de front (vegeu «La volta eix», paràgraf 52).

110. A més a més, els signes de posició es fan servir:

- sols, és a dir, com a signes independents,
- inscrits dins d'un signe de direcció.

Sols, els signes de posició es fan servir en els casos següents:

- per precisar exactament les posicions d'un contacte,

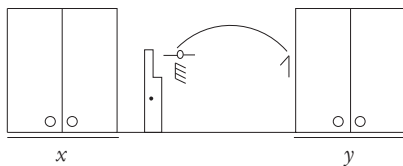


Figura 177. La mà de x es col·loca sobre l'espatlla de y

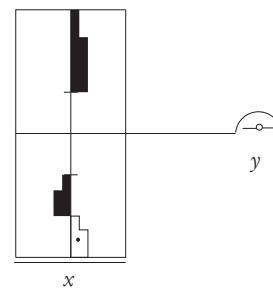


Figura 178. x salta per sobre de y



Figura 179. Agafar-se les mans

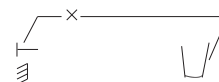


Figura 180. Agafar un vas a la dreta amb la mà esquerra (és necessari girar la mà)

- per anotar les petites oscil·lacions d'amplitud molt feble. Es col·loca el signe de posició sobre el signe de la part alta del cos implicada,



Figura 181. Capcinada

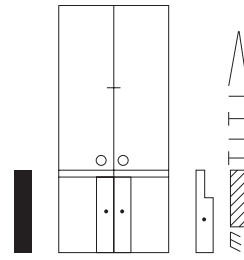


Figura 182. Vibració lateral de la mà

- per indicar una desviació del moviment quan aquest, en lloc de prendre el camí directe, el més curt, entre dues direccions, es desvia durant el trajecte cap a altres direccions; el sentit de la desviació està assenyalat per un signe de posició inscrit en el centre d'un arc vertical.

91

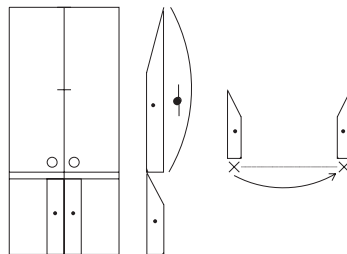


Figura 183. Desviació per baix del gest del braç

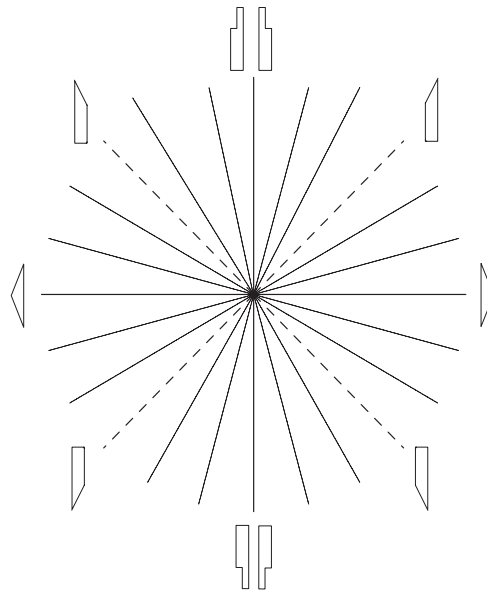
Nota. Quan, simultàniament, dues persones executen un moviment diferent, es necessita un pentagrama per a cadascuna: una barra transversal uneix els dos pentagrames (vegeu figura 177).

111. Inscrits dins d'un signe de direcció, els signes de posició determinen direccions intermèdies.

S'anomenen direccions «principals» les indicades en el quadre general del paràgraf 11, figura 5.

Cada una d'aquestes direccions principals forma, amb la direcció veïna, un angle de 45°. Ara bé, un moviment també es pot orientar en una direcció que es troba entre dues direccions «principals» i que per aquesta raó s'anomenen «direccions intermèdies».

És usual considerar dues direccions «intermèdies» entre cada una de les direccions «principals». Així, el quadre general de les direccions comprèn 24 direccions, 8 de «principals» i 16 d'«intermèdies», que entre elles formen un angle de 15° (vegeu figura 184).



92

Figura 184

112. La direcció intermèdia més pròxima a una direcció principal està representada pel signe d'aquesta última, amb l'agulla corresponent a la direcció principal que segueix:

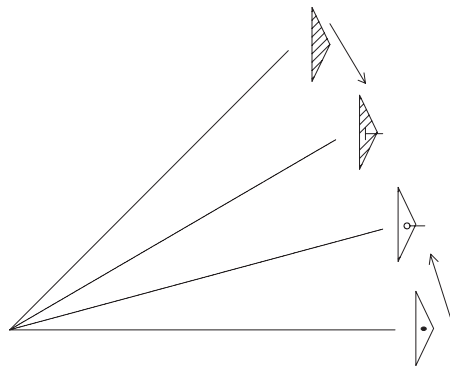


Figura 185

113. Els signes de direcció intermedis obeeixen les mateixes regles que els signes de direcció principals.

114. Quadres de les direccions principals i intermèdies:

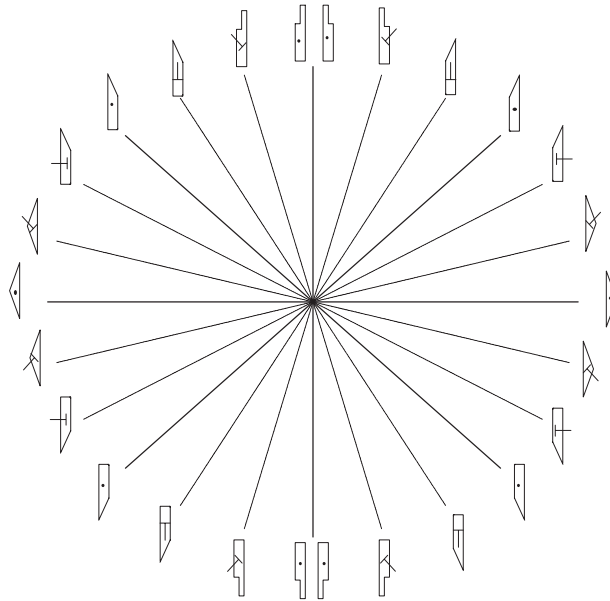


Figura 186. Quadre de les direccions principals i intermèdies sobre un pla horitzontal, paral·lel al terra, de nivell mitjà

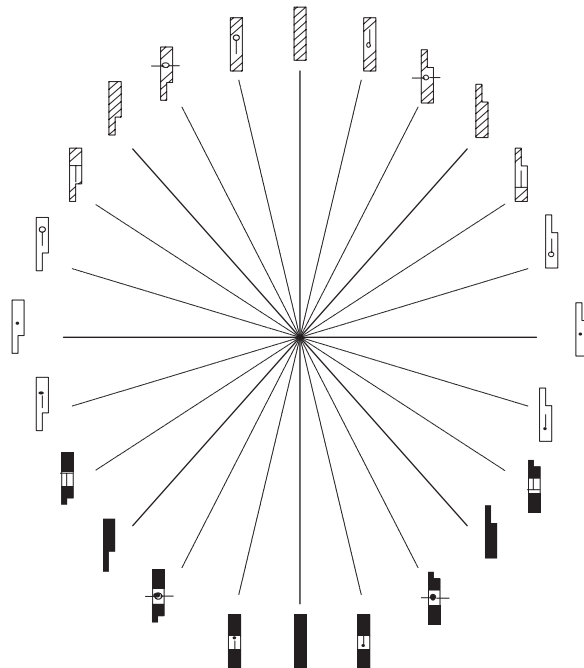


Figura 187. Quadre de les direccions principals i intermèdies sobre un pla vertical

Es poden establir esquemes anàlegs a partir dels altres plans imaginables.

Nota. Igualment, es pot considerar una sola direcció intermèdia entre dues direccions principals veïnes. Es representa amb un punt situat entre els dos signes de direcció units per un petit arc.



Figura 188. A mig camí entre «davant-alt» i «davant-mitjà»

ELS SIGNES DE FORÇA O ACCENTS

115. La intensitat més o menys gran dels moviments s'indica amb signes de força o accents. 95

Aquests signes es fan servir només quan el grau de la intensitat d'un moviment sobrepassa el grau d'una execució normal, habitual, lligada al context en el qual s'efectua.

116. Hi ha quatre accents, cadascun dels quals és definit per dos adjectius:

| | |
|------------------|-------------------|
| ▷ fort i lleuger | ∩ feble i lleuger |
| ▲ fort i pesat | ∩ feble i pesat |

Figura 189

L'associació d'un accent «fort» amb un accent «feble» indica una elasticitat en el moviment:



Figura 190

117. Els accents marquen una acció breu (momentània) quan es fan servir sols, inclinats cap al signe de direcció al qual es refereixen (en qualsevol columna).

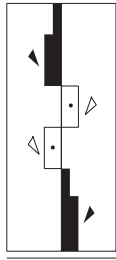


Figura 191. Marxa accentuada

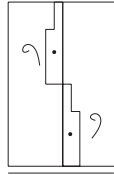


Figura 192. Marxa feble

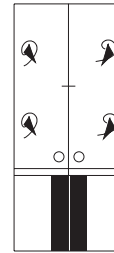


Figura 193. Flexibilitat dels genolls

118. Per expressar que una intensitat ha de ser durable, s'inscriuen els accents dins d'un arc vertical d'unió i en continua l'efecte del principi al final de l'arc; segons l'accent utilitzat, la intensitat serà forta o feble.

96

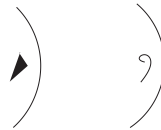


Figura 194

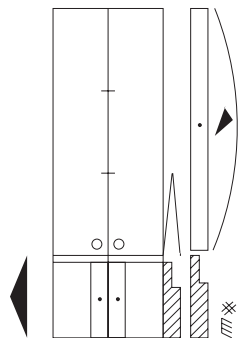


Figura 195. Braç dret estirat endavant, nivell alt, puny tancat; plegar el braç fent un gran esforç fins que aquest estigui contra l'espatlla

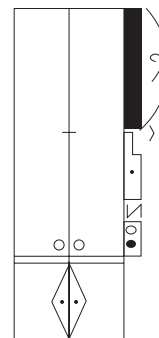


Figura 196. Inclinar el tronc cap endavant, en extensió, i després relaxar

119. L'associació de dos accents (elasticitat) inscrite en un arc vertical indica un impuls en el moviment.

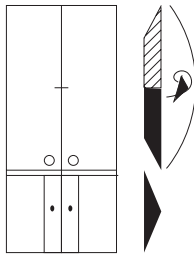


Figura 197. Balancejar el braç dret cap a l'esquerra, amb impuls

120. Els accents es poden inscriure igualment en un signe de creixement. L'accent utilitzat indica un augment o una disminució de la intensitat.



Figura 198



Figura 199. Augment cada vegada més fort



Figura 200. Disminució cada vegada més feble

Els signes d'augment o de disminució de la intensitat es col·loquen a la dreta i a l'exterior del pentagrama.

La longitud del signe determina la durada de l'efecte buscat.

ELS SIGNES DE REPETICIÓ

- 98 121. Els signes de repetició s'utilitzen quan un moviment o una seqüència ha de repetir-se una vegada o unes quantes.
- El fragment que ha de repetir-se va inclòs entre dos traços horitzontals que creuen el pentagrama:
- el primer (al principi del fragment que s'ha de repetir) s'allarga cap a l'esquerra,
 - i el segon (al final del fragment) cap a la dreta.
- A més, un petit traç es col·loca sobre l'extrem del traç inferior, i un altre sota l'extrem del traç superior.

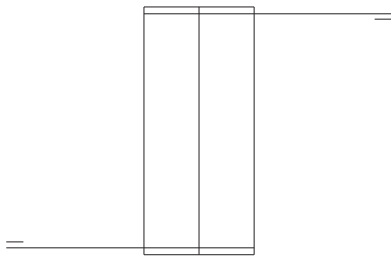


Figura 201 a. Repetició simple, el moviment inclòs entre dos traços ha de repetir-se una sola vegada

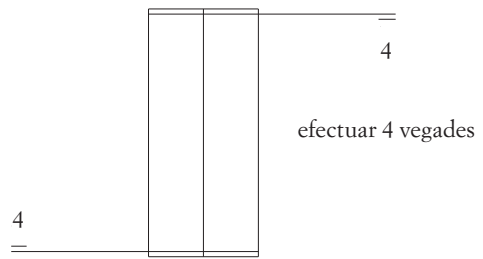


Figura 201 b. Repetició múltiple: si el mateix moviment ha de repetir-se diverses vegades, es col·loca una xifra indicativa a sobre i a sota del petit traç de l'extrem

122. Repetició simètrica: un fragment es pot prendre simètricament, invertint la dreta i l'esquerra.

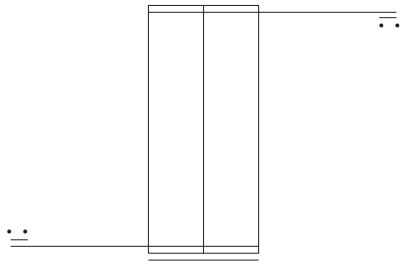


Figura 202 a. Dreta i esquerra invertides

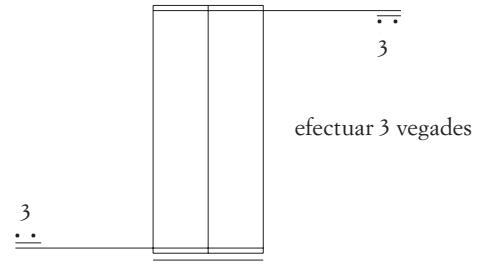


Figura 202 b. Dreta i esquerra invertides

123. Repetició amb canvi del final: si en la repetició simple, múltiple o simètrica, en el moment d'acabar, s'ha de reemplaçar el final de la seqüència per un altre final, s'indica així:

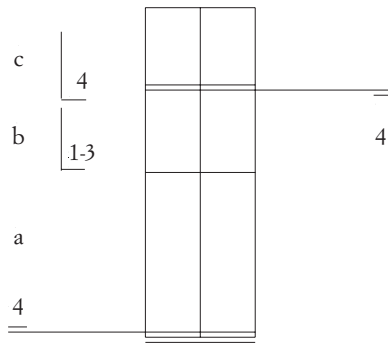


Figura 203. Repetir tres vegades a i b i acabar, la quarta vegada, executant a i c sense fer b

Nota. Als Estats Units han desenvolupat una altra manera d'escriure les repeticions:

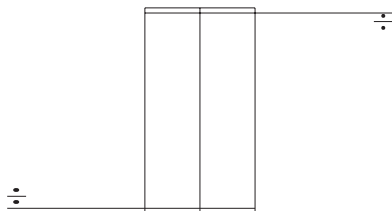


Figura 201' a. Repetició simple

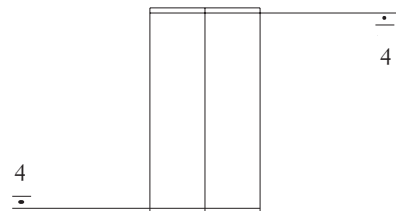


Figura 201' b. Efectuar quatre vegades

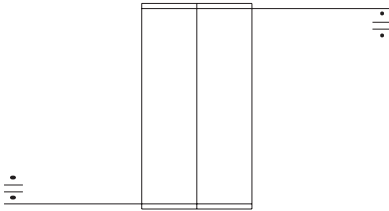


Figura 202'. Repetició simètrica

ELS SIGNES MARGINALS

124. S'anomenen signes marginals els signes col·locats al principi del cinetograma, a sota, o bé a la dreta al llarg de la partitura.

101

Els personatges


| | | | |
|---|-------------|---|-------------|
|  | un home |  | cada home |
|  | una dona |  | cada dona |
|  | una parella |  | per parella |

Figura 204

Una xifra inscrita dins d'un petit cercle indica la quantitat de persones:

 tres persones

Una xifra rodejada amb dos cercles concèntrics indica la repartició de les persones:

 per tres (grup de tres)

El signe  vol dir «cada persona».

Posició dels personatges




de front, un al costat de l'altre




un darrere de l'altre, en fila



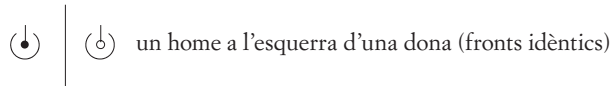
un davant de l'altre, en fila


La posició respecte a un espai determinat es defineix amb el signe de front  (vegeu paràgraf 52).

La posició respecte al centre d'un cercle es defineix amb el signe posicional  (vegeu paràgraf 84).

102

El signe de trobada (vegeu figura 157) col·locat al principi o en el curs d'un cinetograma determina les relacions de les posicions entre dues persones:



El signe  («cada persona») col·locat al costat d'un signe de trobada determina les posicions simètriques entre dues persones:

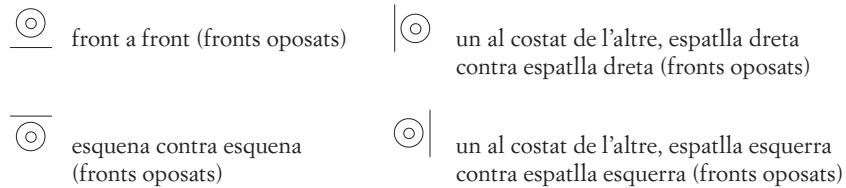


Figura 205

El grup

125. Els signes següents serveixen per indicar el lloc d'uns quants elements d'un grup respecte al seu conjunt:

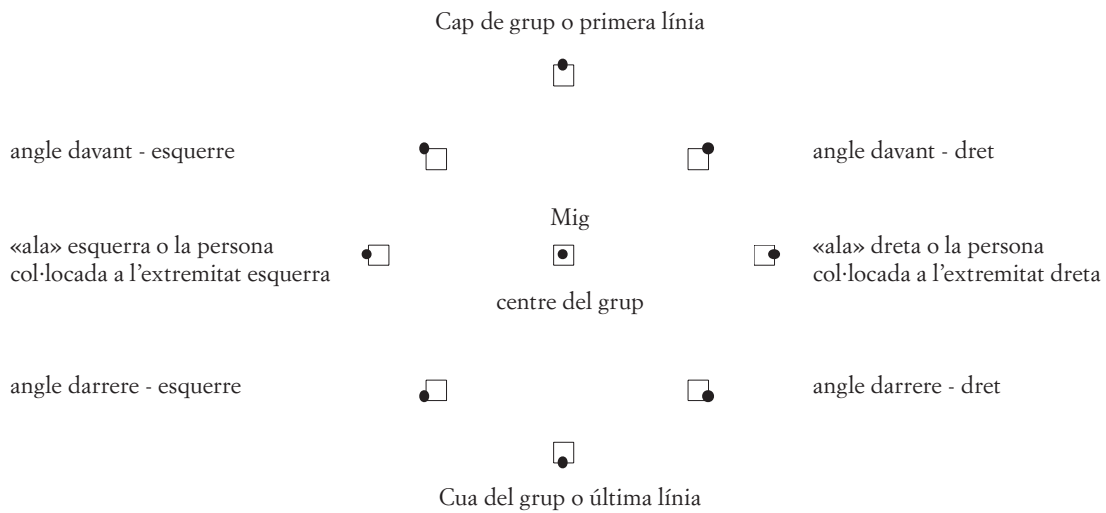


Figura 206

El lloc

126. L'espai on es fa una acció o un moviment qualsevol ja ha estat «orientat» gràcies al signe de front (vegeu paràgraf 52).

Ara, els signes de lloc permeten situar exactament l'actor o els actors en aquest espai, en qualsevol espai.

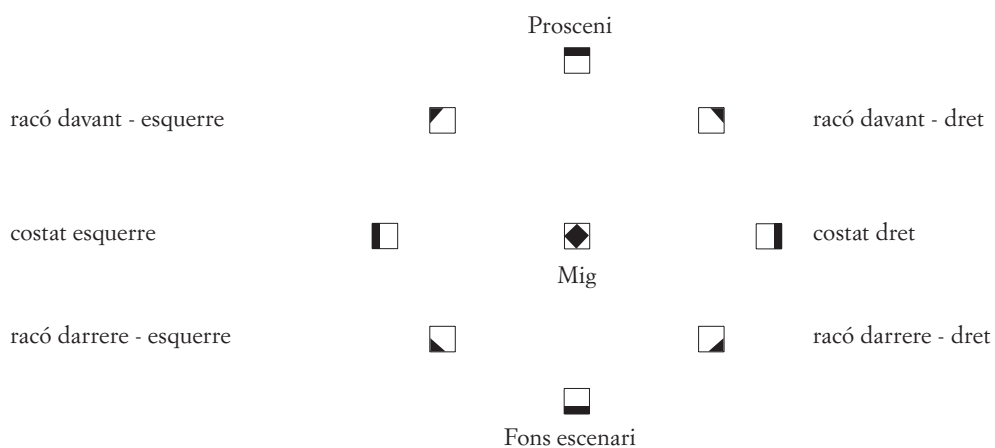


Figura 207 a

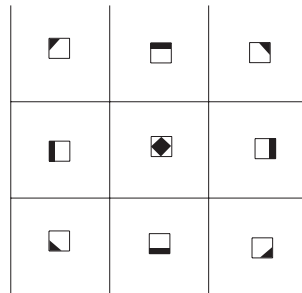
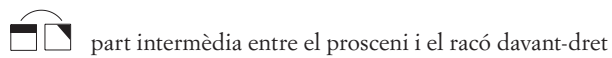


Figura 207 b. Dibuix d'un escenari

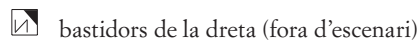
127. Per indicar les parts intermèdies, s'utilitzen:

104

- dos signes units per un petit arc d'unió:

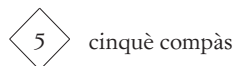


- un signe d'amplitud col·locat a l'interior d'un signe de lloc:



La numeració dels compassos

128. Una xifra inscrita en un rombe serveix per numerar els compassos i permet establir una concordança amb els compassos musicals d'un eventual acompanyament:



Al contrari dels altres signes marginals, es col·loca a l'esquerra del pentagrama.

EL TRAÇAT DEL TRAJECTE

129. L'objecte del present capítol és:

- afegir certes precisions al «trajecte en línia recta»,
- definir la utilització dels «croquis del trajecte».

105

El trajecte en línia recta

130. El traçat del trajecte, és a dir, el dibuix del camí recorregut, és determinat per la successió dels passos, dels salts, de les voltes eix, en diferents direccions; els angles vius d'aquest dibuix poden ser arrodonits per un signe de trajecte sobre el cercle.

És necessari precisar la notació de certes dades de distància, de direcció, de desviació, d'intensitat, de finalitat, de passos; a més, dins d'un grup, es pot considerar l'elecció d'un conductor per canviar la formació d'aquest grup.

Totes aquestes nocions, adjacents al desenvolupament del moviment pròpiament dit, estan indicades amb signes suplementaris inscrits dins o fora d'un signe de trajecte en línia recta.

Aquest signe prové del signe de trajecte en cercle (vegeu figura 114).



Figura 208. Es col·loca fora del pentagrama, a la dreta

La durada de l'efecte del signe se situa entre els dos extrems del signe, és a dir, entre els dos traços horitzontals.

La distància

131. Les variacions de distància s'expressen per una xifra inscrita en un quadrat. Aquesta xifra representa la distància en passos:

2 longitud de dos passos

132. Així, aquest signe de longitud inscrit en un signe de trajecte en línia recta indica una distància per recórrer.

106

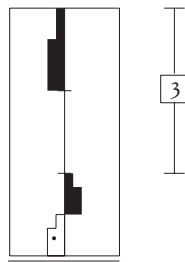


Figura 209. El salt ha de tenir una longitud de tres passos

133. Per evitar escriure un signe d'amplitud sota cada un dels passos (vegeu paràgraf 60) inclòs en una successió de passos iguals, s'inscriu el signe d'amplitud que convé en un signe de trajecte en línia recta.

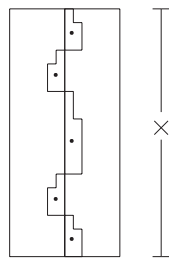


Figura 210. Tots els passos són petits

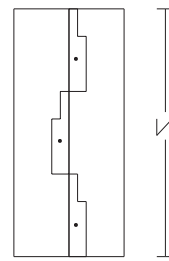


Figura 211. Els tres passos són grans

La direcció

134. Sabem que la direcció està indicada pel «signe de direcció»; però quan un desplaçament correspon a un gran nombre de passos, massa petits per ser expressats en longitud de passos, s'escriuran sobre el pentagrama passos «en el lloc» i, al marge, un signe de trajecte en línia recta, combinat amb un signe de direcció neutre, que indicarà la direcció donada al conjunt d'aquests passos.

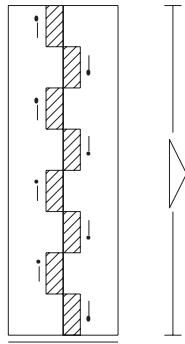


Figura 212. Trepitjar fent un desplaçament lateral a la dreta

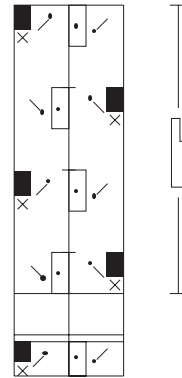


Figura 213. Petits jetés dessous avançant

107

La desviació

135. Fent passos en una direcció donada, podem desviar lleugerament el trajecte, sense que per això s'hagi de canviar radicalment la direcció dels passos. Així, un signe «de lloc» inscrit en un signe de trajecte en línia recta indicarà el punt cap al qual ha d'orientar-se aquesta desviació.

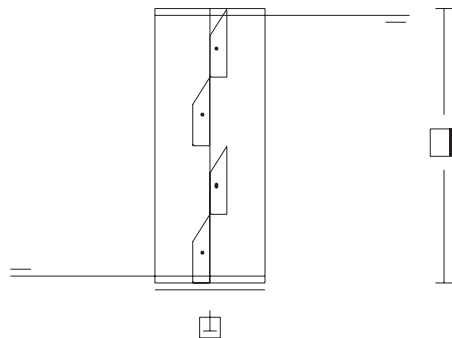
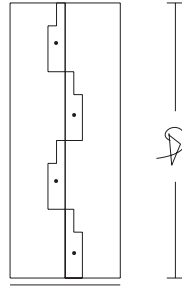


Figura 214. Desviació cap al costat dret

La intensitat

136. Quan un cert nombre de passos han de ser executats amb la mateixa intensitat, més que repetir el signe de força al costat de cada pas (vegeu paràgraf 117), es pot inscriure aquest signe de força en un signe del trajecte en línia recta.



108

Figura 215. Marxa elàstica

La meta

137. Un signe de lloc o qualsevol altre signe marginal (vegeu el capítol precedent) col·locat al final, a sobre o al costat del signe de trajecte en línia recta i unit a aquest signe amb una petita unió vertical indica la meta del trajecte.

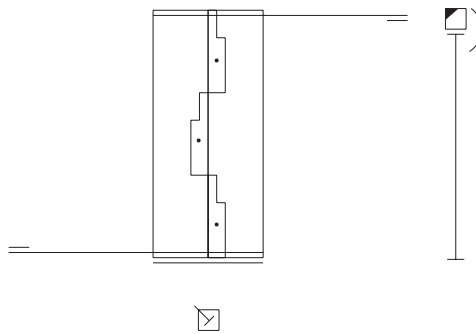


Figura 216. Meta a assolir: racó davant-esquerre de l'espai considerat

L'elecció d'un conductor

138. Un signe d'un element del grup inscrit al principi, a sota o al costat d'un signe de trajecte en línia recta i unit a aquest signe amb una petita unió vertical indica que el personatge elegit arrossega el grup en línia recta.



Figura 217. «Guiatge» del personatge que és a l'extrem esquerre del grup

Nota. Els paràgrafs 137 i 138 corresponen principalment als moviments de grup, que seran estudiats a la «Gramàtica de la notació Laban 2».

El croquis del trajecte

139. Els croquis del trajecte representen l'esquema lineal d'una seqüència o d'una dansa que resulta de la successió dels passos inscrits sobre el pentagrama. En el cas d'un trajecte complicat, permeten concebre'n una visió conjunta.

Aquests croquis s'inscriuen en un rectangle obert (el costat «obert» simbolitza el «costat del públic» d'un escenari) on hi ha agulles i petits triangles que indiquen les posicions de partida i d'arribada dels personatges.

- lloc de partida i front inicial d'un home
- lloc de partida i front inicial d'una dona
- ▲ lloc i front d'arribada d'un home
- △ lloc i front d'arribada d'una dona

Figura 218

140. Un traç continu, acabat en una fletxa, dibuixa la forma del trajecte.

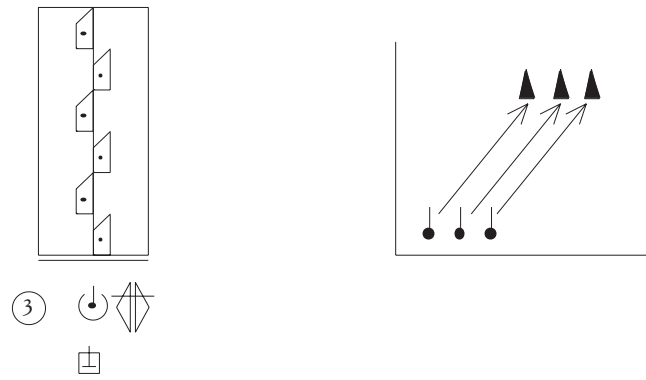


Figura 219. Desplaçament paral·lel de tres persones

110

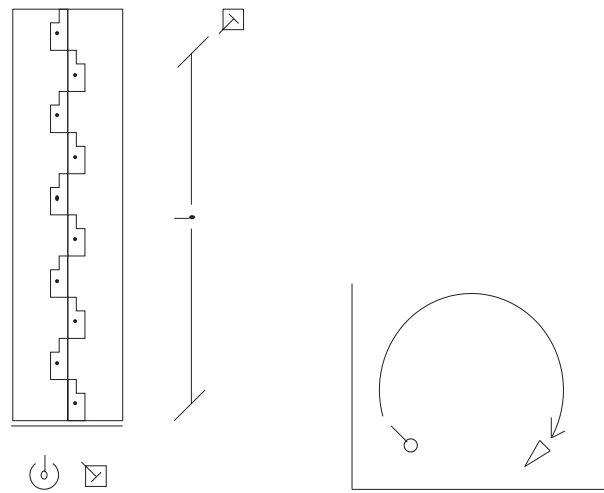


Figura 220. Forma de la corba del trajecte circular

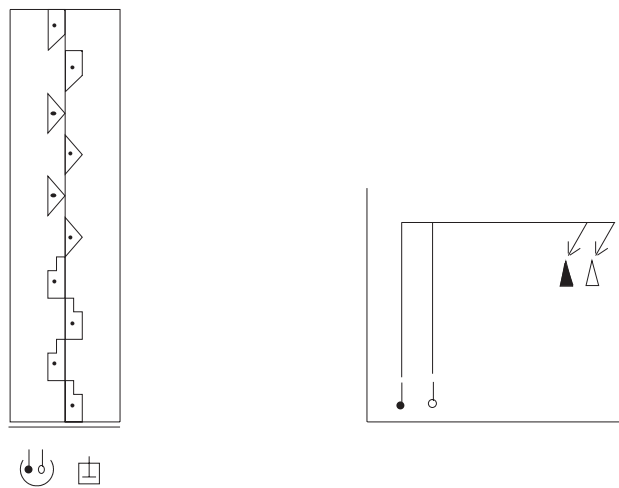


Figura 221. La parella fa un trajecte paral·lel sense canviar de front

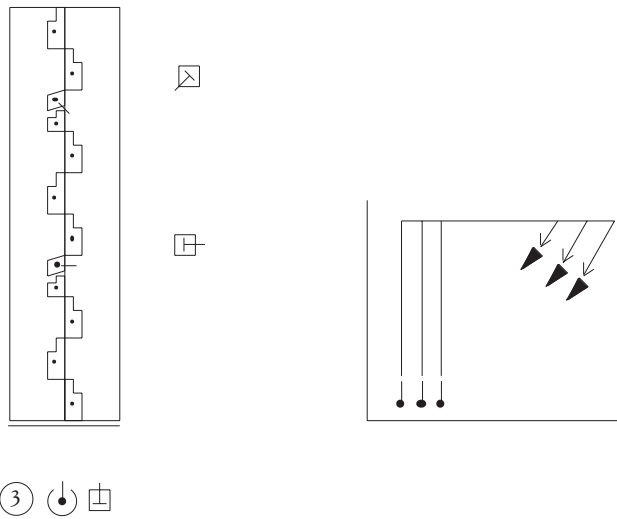


Figura 222. Els tres homes canvien dues vegades de front i executen el mateix dibuix que el de la figura 221.

Nota. Els croquis del trajecte de les figures 221 i 222 s'assemblen per la forma del dibuix, encara que els passos inscrits sobre el pentagrama són diferents.

**GRAMÀTICA
DE LA NOTACIÓ LABAN**
Volum 2

INTRODUCCIÓ

Aquest segon text desenvolupa i completa la «Gramàtica de la notació Laban 1». Dedicat a aquells que ja han estudiat el primer llibre, aprofundeix les nocions ja tractades i també l'anàlisi dels moviments de les diferents parts del cos. El capítol «Transferències i girs sobre les parts del cos» estudia breument les transferències sobre les parts del cos diferents dels peus i permet a l'estudiant acostar-se a l'anàlisi d'aquests moviments de vegades molt complexos. Aquests moviments seran tractats amb més detall en una pròxima obra. El capítol «Els moviments de conjunt» està dedicat a l'organització, primer, d'un pentagrama; després, d'una partitura i, finalment, a la transcripció dels moviments de conjunts i de certes formes específiques dels «moviments de grup», que també seran desenvolupades ulteriorment.

115

L'objectiu d'aquest llibre és oferir als estudiants els elements suficients per desxifrar més fàcilment qualsevol pentagrama o partitura, per desenvolupar una millor comprensió analítica dels moviments específics del cos humà i per servir de base als qui vulguin consultar obres més àmplies (vegeu «Bibliografia») a fi d'aprofundir els seus coneixements.

Els exemples proposats, en nombre necessàriament limitat, volen aclarir l'explicació teòrica i no pretenen en cap cas tractar totes les possibilitats; en canvi, el comentari de cada exemple no té per finalitat només il·lustrar l'element teòric exposat, sinó també completar-lo i subratllar-ne l'aspecte pràctic. Finalment, es recomana executar els exemples proposats, ja que facilitaran la comprensió de l'anàlisi teòrica a partir de les pràctiques senzilles.

Jacqueline Challet-Haas

PRIMERA PART: NOCIONS COMPLEMENTÀRIES

Les nocions tractades a la «Gramàtica de la notació Laban 1» estan destinades a sensibilitzar el lector, l'estudiant, davant d'una anàlisi dels moviments del cos humà, anàlisi dinàmica, tant espacial com temporal, i això d'una manera immediata i senzilla en la mesura que sigui possible.

117

Observant atentament aquests moviments, es noten diferències que és necessari de transcriure. És per això que aquesta primera part del segon volum dedicada a l'estudi de les nocions tractades en el primer volum no busca més que aportar precisions suplementàries. Sovint pot passar, però, que una noció tractada en un capítol pertanyi al següent i a l'inrevés. Els exemples proposats utilitzen elements ja estudiats en el primer volum, però també precedeixen nocions desenvolupades en els capítols següents.

EL PENTAGRAMA

118

1. Sobre un pentagrama es col·loquen els signes que serveixen per escriure el moviment. Aquest pentagrama està format pel traçat de tres línies verticals paral·leles equidistants: així queden definides dues columnes interiors a cada costat de la línia del mig.

Les quatre primeres columnes d'una banda i altra de la línia del mig tenen atribucions determinades:

- les primeres columnes porten els signes de transferència del pes,
- les segones, els signes dels moviments de les cames,
- les terceres, els signes dels moviments del tronc i de les seves parts,
- les quartes, els signes dels moviments dels braços.

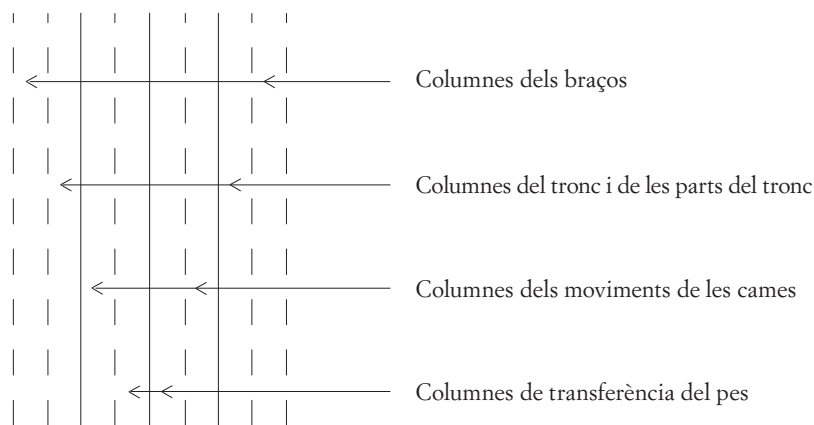


Figura 1

2. En una partitura més elaborada, una columna subsidiària pot ser inclosa entre la primera i la segona per facilitar el fet d'afegir els diferents signes aplicats a accions simultànies. Aquests signes han de ser inscrits els uns al costat dels altres. La colum-

na subsidiària pot duplicar la columna de les transferències (vegeu la tercera part, «Transferències i girs sobre les parts del cos»), duplicar la columna dels gestos de les cames, o bé donar més espai per a la col·locació de les agulles, els signes de suport, de força, etc.

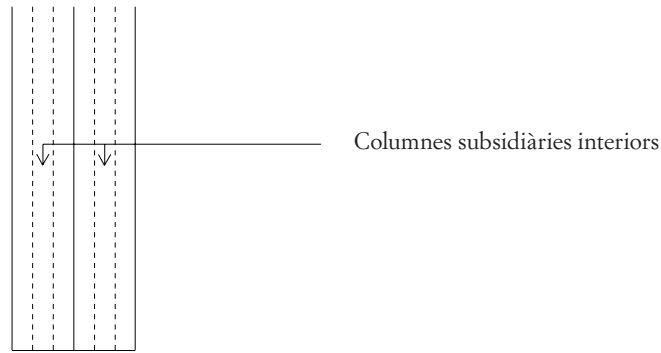


Figura 2

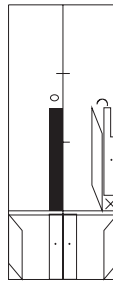


Figura 3. Aixecar la cama dreta, que es plega, i col·locar-la en rotació cap endins (les tres accions són simultànies: direcció + rotació + flexió)

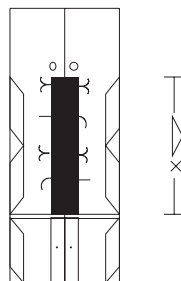


Figura 4. Girar lliscant els peus i fent una rotació endins i una altra enfora amb els genolls plegats; la part anterior del peu i el taló s'aixequen alternativament: en resulta un petit desplaçament lateral

Nota. Una columna subsidiària, anomenada «columna subsidiària exterior», es pot afegir també entre la tercera i la quarta columnes.

LES TRANSFERÈNCIES DE PES

- 120 3. S'anomena «transferència» el desplaçament del pes del cos. Aquest desplaçament s'escriu amb signes de direcció col·locats en les primeres columnes del pentagrama, a una banda i altra de la línia del mig. Els signes de direcció aïllats indiquen que el pes del cos està suportat per un peu, per l'altre o per tots dos alhora (segons el mecanisme alternatiu de la marxa humana). Si el pes del cos està suportat per una part del cos diferent dels peus, s'escriu el signe d'aquella part del cos sota el signe de direcció (vegeu «Transferències i girs sobre les parts del cos»).
4. La preparació per realitzar una transferència (sobre un peu) implica que el pes del cos és suportat momentàniament per l'altre peu; generalment aquesta preparació se sobreentén.
5. La distància recorreguda està indicada per un signe de direcció, completat o no pel signe d'amplitud. Aquesta distància és calculada respecte al punt de recolzament del peu oposat al que es desplaça quan els recolzaments són alternatius. Quan els recolzaments són dobles la referència és el punt del mig, equidistant entre tots dos peus.
6. Cada nova transferència allibera la precedent (com en la marxa habitual), llevat que no es mantingui amb un signe d'interrupció del moviment.

La direcció del trajecte

7. En començar el moviment sobre un peu, l'acabament del pas o d'un salt es fa segons la direcció indicada pel peu que queda a terra.

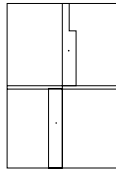


Figura 5. El peu dret fa un pas endavant

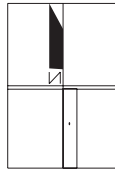


Figura 6. Un gran pas en diagonal davant-esquerre, amb el peu esquerre



Figura 7. Un pas del peu dret en el lloc, que es col·loca al costat del peu esquerre. El peu esquerre queda alliberat de pes automàticament

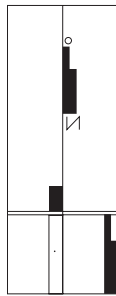


Figura 8. Un gran salt endavant amb el peu dret

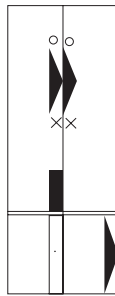


Figura 9. Un salt petit de costat sobre els dos peus

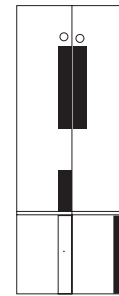


Figura 10. Un salt *assemblé* en el lloc, a partir d'una posició *dégagée* endarrere

8. En començar sobre els dos peus en una posició tancada o oberta, l'acabament d'un pas es fa segons la direcció indicada pel punt de suport del peu que està en contacte amb el terra en el moment de la preparació del pas: la translació del pes del cos sobre aquest peu és necessària i, per tant, se sobreentén.

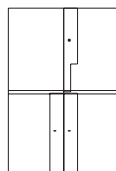


Figura 11. Un pas endarrere a partir d'una primera posició

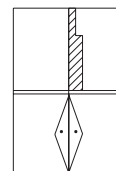


Figura 12. Un pas endavant *piqué* a partir d'una segona posició

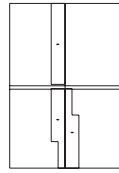


Figura 13. Un pas en el lloc a partir d'una quarta posició: el peu esquerre es col·loca al costat del dret, que queda alliberat de pes immediatament

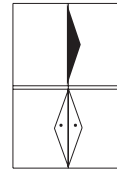


Figura 14. Un pas doblegat de costat a partir d'una segona posició: es col·loca el peu dret quasi en el lloc inicial; si volem una transferència simple del pes del cos, hauria estat necessari escriure un gafet d'analogia

9. En començar el moviment, sobre els dos peus en una posició tancada o oberta, l'acabament d'un salt sobre un peu o dos s'escriu a partir del punt mitjà de la distància entre ells, en el cas que el desplaçament sigui perpendicular a la posició inicial.

122

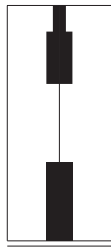


Figura 15. A partir d'una primera posició, saltar endavant, peus junts (vegeu figura 15')



Figura 16. A partir d'una segona posició, saltar endavant sobre el peu dret

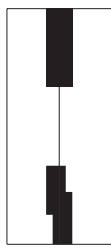


Figura 17. A partir d'una quarta posició, saltar ajuntant els peus al mig

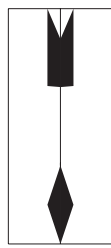


Figura 18. A partir d'una segona posició, saltar endavant en segona posició («en el lloc») (vegeu figura 18')

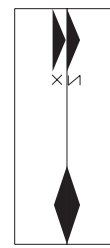


Figura 19. A partir d'una segona posició, saltar lleugerament al costat (vegeu figura 19')

En els altres casos, la solució del recorregut addicional és utilitzada sistemàticament (figures 18', 19').

Però en tots els casos hi ha una manera més senzilla d'escriure el trajecte recorregut de posició a posició: utilitzar un signe de recorregut recte que contingui el signe de direcció del trajecte i col·locar-lo simultàniament amb el del salt, a la dreta del pentagrama.

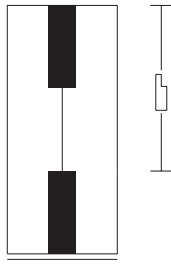


Figura 15'

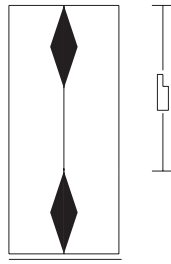


Figura 18'

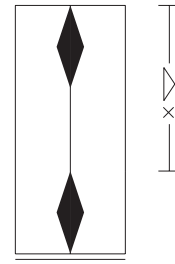


Figura 19'

El repartiment del pes

10. Si tots dos suports estan al mateix nivell (posició estable), el pes del cos es repartirà igualment sobre els dos peus.

123

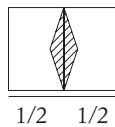


Figura 20. *Relever* en una segona posició, cada peu suporta la meitat del pes del cos

11. Si tots dos suports estan a diferents nivells (posició *décalée*), el pes del cos es repartirà desigualment sobre els dos peus.

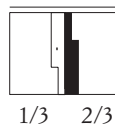


Figura 21. En quarta posició *fendue* o *fondue*, el peu dret suporta aproximadament les dues terceres parts (2/3) del pes del cos

12. Però aquest repartiment desigual del pes pot efectuar-se, sense canvi de nivell, per un desplaçament voluntari parcial del pes, d'un peu a l'altre. Si el moviment tendeix a ser una «transferència alleugerida» o, al contrari, a ser un gest apuntalat, es fa necessari un arc de participació aplicat a una transferència o bé a un gest.

La situació intermèdia entre una transferència i un gest s'escriurà amb els signes de direcció juxtaposats, l'un a la columna de transferència i l'altre a la columna dels gestos de la cama del costat de la cama «semialleugerida».

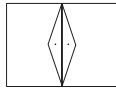


Figura 22. En una segona posició estable: el pes del cos es reparteix mig i mig sobre els dos peus

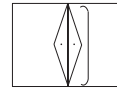


Figura 23. En una segona posició *décalée*: és una «transferència alleugerida»; el pes del cos es reparteix aproximadament 1/3 sobre el peu dret i 2/3 sobre l'esquerre

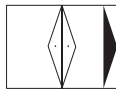


Figura 24. En una segona posició *décalée*: és una «semitransferència»; el pes del cos es reparteix aproximadament 1/4 sobre el peu dret i 3/4 sobre l'esquerre

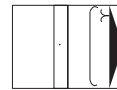


Figura 25. En una segona posició *décalée*: és un «gest suportat»; el pes del cos es reparteix aproximadament 1/5 sobre el peu dret i 4/5 sobre l'esquerre

124

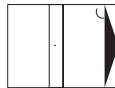


Figura 26. Un *dégagé à terre* en una segona posició de la cama dreta: malgrat que el peu dret és en contacte amb el terra, el pes del cos reposa totalment sobre el peu

La distància recorreguda

13. Un signe de direcció col·locat en una columna de transferència indica a la vegada la direcció i la longitud mitjana d'un pas (75 cm aproximadament per a un adult). Quan varia la longitud del pas, si la mida del pas és més petita que la mitjana s'afegeix, sota el signe de direcció, un signe de petita amplitud, i si la mida del pas sobrepassa la longitud del pas normal, un signe de gran amplitud.

14. Habitualment, es consideren dos graus per precisar la longitud dels passos:

- × un pas petit (2/3 del normal)
- ⊗ un pas molt petit (un terç del normal)
- ∕ un pas gran (un pas i mig)
- ∕∕ un pas molt gran (dos passos)

Aquesta escala senzilla, suficient en la majoria dels casos, depèn de la longitud dels passos de l'executant; una persona petita recorrerà una distància més curta que una persona més gran i viceversa.

Si es necessita, és possible utilitzar una escala més diferenciada (vegeu «Bibliografia»).

15. Si la distància recorreguda sobrepassa dos passos, per exemple en un salt molt gran, es pot precisar amb un signe de distància col·locat sota el signe de direcció del salt, a l'exterior del pentagrama, a la dreta, amb un signe de trajecte recte. El signe de distància és un quadrat que duu una xifra. Aquesta xifra indica la quantitat de passos.

Quan es presenta una successió de passos o de salts de petita o gran amplitud, es pot evitar la repetició de cada signe d'amplitud sota cada signe de direcció col·locant el signe d'amplitud apropiat en un signe del trajecte recte, a l'exterior del pentagrama, a la dreta.

La xifra col·locada en el signe de distància correspon a la unitat del pas:

4 4 passos

Però al principi es pot triar qualsevol unitat; per exemple:

1 1 m 1 50 cm

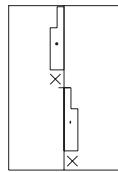


Figura 27. Dos passos petits endavant



Figura 28. Una segona posició ampla en *demi-pliée*

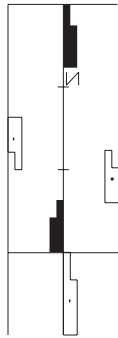


Figura 29. Un *grand jeté* endavant

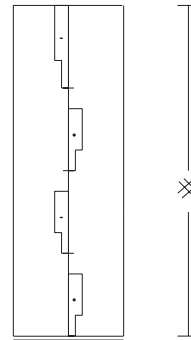


Figura 30. Quatre passos petits corrent cap enrere

126

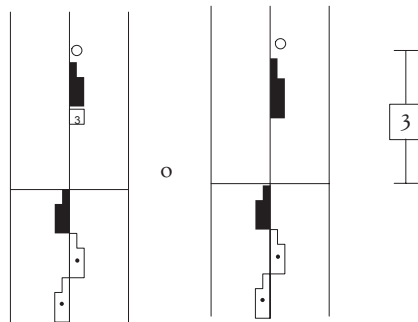


Figura 31. Un salt molt gran endavant equivalent a una distància de tres passos

LES VOLTES, LA ROTACIÓ

16. Les voltes i les rotacions es representen amb un signe especial en què l'orientació de la part obliqua indica el sentit de volta o de gir (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1»).

127



volta o rotació en el sentit de les agulles del rellotge (sentit horari, cap a la dreta).



volta o rotació en el sentit contrari de les agulles del rellotge (sentit antihorari, cap a l'esquerra).

17. La col·locació del signe de volta en el pentagrama correspon a una volta o una rotació.

En una columna de transferència, el signe de volta indica un gir al voltant de l'eix vertical.

En una columna de gestos, el signe de volta indica un gir al voltant de l'eix mecànic de la part del cos considerada (eix longitudinal).

Les voltes

Els nivells de la volta

18. Habitualment, el signe de volta és neutre i el nivell d'execució el determina el signe de direcció que el precedeix, situat a la columna de la cama de suport. Tanmateix, si hi ha un canvi de nivell durant el gir, pot aparèixer una indicació de nivell al principi del signe de volta, al mig o bé al final per precisar quan es produeix aquest canvi.



Figura 32. *Relever* a l'inici de la volta (*en dedans* a la dreta)

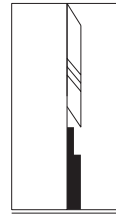


Figura 33. *Relever* només a la meitat de la volta: la volta comença 1/2 *plié* i es fa *en dehors* a l'esquerra

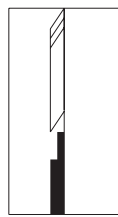


Figura 34. *Relever* al final de la volta (*en dehors* a la dreta).

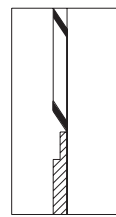


Figura 35. *Piquer*, després *plier* durant tota la volta (*en dedans* a l'esquerra)

128

Nota. El signe de la volta no s'omple mai completament amb elsicoloriments dels nivells.

19. Per indicar la simultaneïtat (vegeu «Els arcs verticals d'unió») de la volta i de la transferència o del canvi de nivell (forma cada vegada menys utilitzada), és possible unir igualment, amb un petit arc vertical, el signe de direcció amb el signe de volta.

20. Els canvis de nivell poden ser provocats per diferents contactes del peu amb el terra. Els signes de recolzament del peu es col·loquen sobre el costat exterior del signe de volta (vegeu «Els recolzaments del peu»).

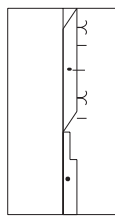


Figura 36. *Pivoter* 1/4 de volta a la dreta, aixecant el taló

Els graus de la volta

21. Els graus de la volta s'indiquen amb agulles negres. Els graus s'afegeixen per a les voltes del mateix sentit i se sostreuen per a les voltes de sentit contrari.

Per indicar una quantitat de graus superior a una volta completa, se sobreposen les agulles; es pot substituir també la quantitat d'agulles per la xifra corresponent al nombre de voltes completes.

Per indicar la màxima quantitat de voltes, s'utilitza un signe de volta neutre amb un doble traç a les extremitats (vegeu figura 39).

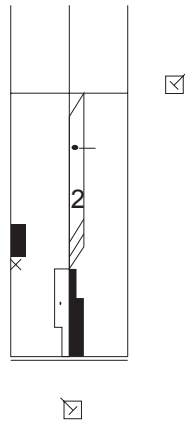


Figura 37. Dues voltes i 1/4 sobre la cama dreta, a la dreta

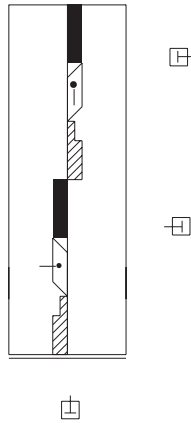


Figura 38. Quart de volta a l'esquerra seguit de mitja volta a la dreta

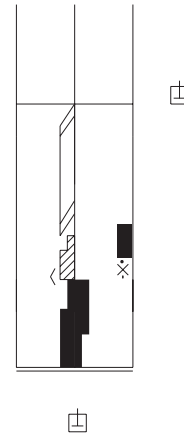


Figura 39. La màxima quantitat de voltes sobre la cama esquerra

Nota. Per evitar una confusió amb un relevé progressiu, s'escriuen tres traços al principi i al final del signe de volta (vegeu figures 32, 34).

L'orientació

22. L'agulla negra col·locada a l'interior del signe de volta precisa el grau que té, però no indica l'orientació del principi ni del final. Es dona aquesta orientació amb el signe de front, col·locat a l'exterior del pentagrama i a la dreta. Aquest signe de front es representa amb un petit quadrat en el qual s'insereix una agulla plana que indica l'orientació adquirida. Com que una volta provoca una modificació de l'orientació prèvia, és necessari repetir el signe de front després de cada volta (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1»).

Les voltes en relació amb els eixos del lloc d'evolució

23. En alguns casos (especialment en les situacions de grups, vegeu «Els moviments de grup»), pot aparèixer una agulla plana a l'interior del signe de volta per precisar cap a quin front o cap a quina cantonada del lloc d'evolució de l'executant ha d'acabar la volta.

Nota. Si hi ha més d'un participant, aquesta forma de volta comporta orientacions paral·leles.

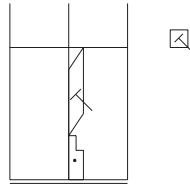


Figura 40. Girar cap a la dreta sobre el peu dret fins a arribar a 3/4 d'esquena (l'orientació d'inici té poca importància)

Les voltes en relació amb un punt focal

24. Per determinar quina és la relació a establir amb el punt donat, pot aparèixer un gran punt negre sobre el signe de volta col·locat en una columna de transferència.

130

Nota. Si aquest punt no està definit al principi –un objecte o una persona–, és que es tracta del centre del cercle sobre el qual l'executant es desplaça o es desplaçarà. Quan hi ha més d'un participant, aquesta forma de gir provoca orientacions convergents i divergents.

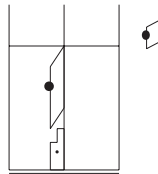


Figura 41. Girar cap a la dreta el peu esquerre per arribar amb l'espatlla esquerra dirigida cap al punt central

Diferents formes de voltes

Les voltes sobre els dos peus

25. Si s'executa una volta sobre els dos peus, la posició respectiva dels peus variarà durant aquesta volta; encara que la posició final s'adquireixi automàticament, sovint aquesta posició s'acostuma a precisar.

També es pot començar una volta sobre els dos peus i acabar-la sobre un peu i vice-versa, o bé començar sobre un peu, passar el pes sobre els dos peus i acabar-la sobre un peu.

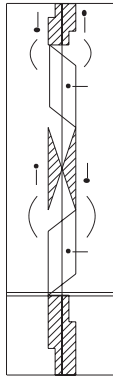


Figura 42. En quarta posició, el peu dret endavant, pivotar un quart de volta a la dreta: s'arriba a una segona posició creuada; després pivotar en sentit oposat $\frac{3}{4}$ de volta: s'arriba a una quarta posició creuada, amb el peu esquerre al davant

131

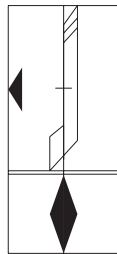


Figura 43. A partir d'una segona posició *pliée*, pivotar sobre els dos peus cap a la dreta i després alliberar el peu esquerre durant la volta

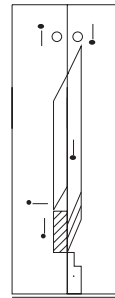


Figura 44. Iniciar la volta sobre un peu; l'altre se li ajunta, es creuen les cames, seguir girant sobre els dos peus fins a arribar a la cinquena posició, peu dret davant

La volta contínua

26. S'aplica aquesta forma de volta a una successió de passos girats i lliscats, com en una volta eix senzilla. Els passos s'escriuen en les columnes de transferència i es col·loquen els signes de volta a l'exterior del pentagrama, a la dreta. El grau de volta es refereix al conjunt dels passos i evita, si no és necessari, la notació precisa del grau a efectuar en cada pas.

Si un signe de trajecte circular s'escriu en lloc del signe de volta, es tracta de passos trepitjats com en qualsevol trajecte sobre una línia corba i no de passos *pivotés-glissés*.

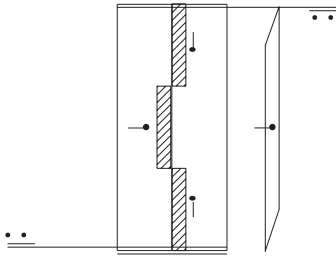


Figura 45. Tres recolzaments successius lliscats i girar cap a la dreta; el motiu es repeteix simètricament

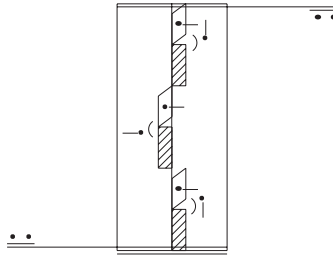


Figura 46. El mateix motiu, però descrit amb molta més precisió per parts successives

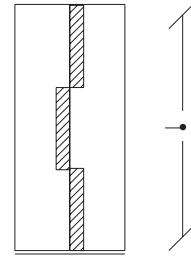


Figura 47. El mateix motiu durant el qual es col·loquen els peus alternativament al terra

132

La volta sense fricció

27. Si durant la volta el peu no només no llisca pel terra sinó que es queda fix en el lloc mentre gira el cos, aquesta forma de volta s'escriu amb un signe de pausa a l'espai situat en la columna dels gestos de la cama, al costat de la columna de suport, per indicar que el peu conserva l'orientació adquirida (el signe del peu s'ha d'inscriure sota el signe de pausa: se sobreentén).

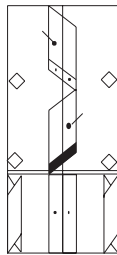


Figura 48. Els peus tancats, doblegar els genolls i estendre les cames alternativament en girar el cos a la dreta i a l'esquerra sense desplaçar els peus

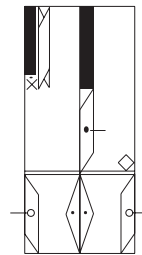


Figura 49. En segona posició molt oberta, girar sobre el peu dret a la dreta sense desplaçar el cos i, aixecant el peu esquerre, es doblega la cama esquerra acostant-la a de la cama dreta; s'acaba el moviment amb les dues cames paral·leles i juntes

El «tour-fouetté»

28. Si, durant una volta, la cama «lliure» queda en la posició prèvia, es col·loca un signe de pausa sobre el signe de direcció del gest de la cama, a l'alçada del signe de volta, per precisar que es manté la direcció prèvia (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1»).

Si durant la volta aquesta pausa s'anul·la, un signe de pausa trencat apareixerà en la columna dels gestos: se sobreentén la nova direcció adquirida per la cama i no és necessari escriure-la.

Si, finalment, el gest de la cama està dirigit en una direcció fixa, malgrat el gir, es col·loca el signe de pausa sobre el signe de direcció del gest de la cama. Es tracta d'un moviment *fondu* que es desenvolupa en un sol pla (moviment constant o «monoplà»), mentre que una elevació de la cama lliure durant una volta es desenvolupa en espiral en tres plans.

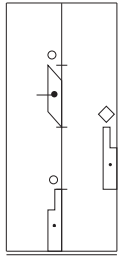


Figura 50. Durant el quart de volta a l'esquerra, la cama dreta es queda en la direcció adquirida; al final de la volta, aquesta cama lliure estarà dirigida lateralment

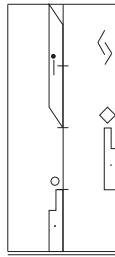


Figura 51. És el mateix moviment que el de la figura 50, però durant la mitja volta el signe de pausa trencat anul·la l'efecte del signe de pausa en l'espai: la cama lliure continua la seva trajectòria al mateix temps que el gir i queda dirigida lateralment

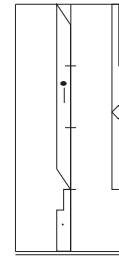


Figura 52. L'elevació de la cama es produeix durant la volta: al final de la volta, la cama aixecada acaba la seva trajectòria endarrere

133

Els «tours-fondus»

29. Si s'executa una transferència durant el gir, s'obté un moviment anomenat *tour-fondu*: una juxtaposició del pas i de la volta; el pas comença en una direcció i acaba en una altra. Un signe de pausa en l'espai es col·loca en el signe de direcció unit al signe de la volta, o també pot col·locar-se en la columna subdividida, al costat del signe de direcció.

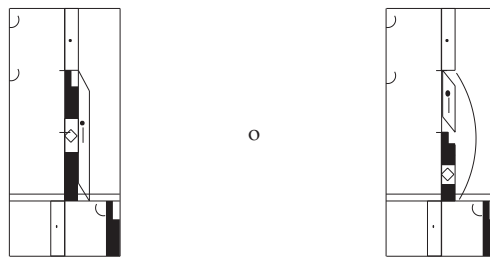


Figura 53. Executar un pas endavant durant la volta: el pas 1/2 pliè endavant es transforma en un pas estirat endarrere

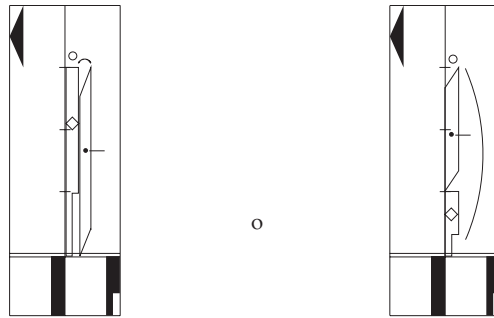


Figura 54. Un pas endarrere; mentre s'executa es transforma en un pas de costat

Les rotacions

134

30. Un signe de volta aïllat, col·locat en una columna de gestos de la cama o del braç, indica una rotació de la cama o del braç al voltant del seu eix mecànic.

Una rotació del tronc o de les parts del tronc, així com les rotacions de les parts de les cames o dels braços s'inscriuen amb l'ajuda d'un signe de rotació col·locat sobre el signe de la part del cos adequada.

Una indicació de rotació és vàlida fins a una nova indicació de rotació.

Una excepció d'aquesta regla permet, en el cas d'un canvi puntual de rotació, unir un petit signe de rotació, anomenat paràsit, al signe de direcció, que li dona la durada. El moviment següent anul·la aquesta rotació automàticament.

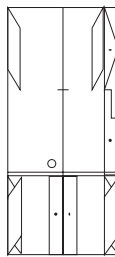


Figura 55. En primera posició paral·lela aixecar la cama dreta endavant, després obrir-la a la segona posició passant per la posició oberta

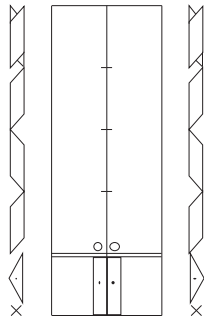


Figura 56. Els braços doblegats al costat, girar-ne un cap a l'exterior mentre l'altre gira a l'interior, després tornar a la posició normal



Figura 57. Aixecar la cama dreta al costat amb rotació *en dehors*, doblegar-la amb rotació endins *en dedans*, després estendre-la novament endarrere amb rotació *en dehors* (el passatge *en dedans* és puntal)

Els graus de la rotació

31. Com que l'extremitat lliure d'una part del cos pot girar més que el seu punt d'unió, si és necessari precisar un grau de rotació es col·locarà una agulla blanca en el signe de rotació. Aquesta agulla indicarà el grau adquirit per l'extremitat lliure de la part del cos en rotació.

Els graus no s'afegeixen ni se sostrauen, sinó que precisen estats de rotació adquirits.

32. Quan es vol insistir sobre l'execució rigorosa, a les dues extremitats de la part del cos en rotació, d'un grau de rotació equivalent, es pot incloure un signe «igual» en el signe de rotació.

Si, al contrari, el grau té poca importància, es pot incloure un signe d'amplitud en el signe de rotació per significar que es tracta d'una rotació feble o forta.

Quan es deixa a l'executant la total elecció del grau, es col·loca en el signe de rotació un signe *ad libitum*.

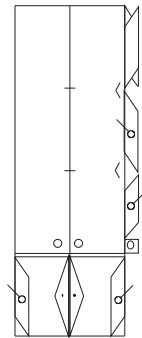


Figura 58. En segona posició, amb els peus oberts a 45°, executar una torsió del tórax a la dreta, després a l'esquerra (el passatge per la posició sense torsió se sobreentén); tornar finalment de cara

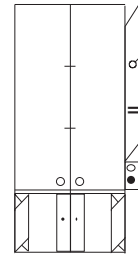


Figura 59. En primera posició, els peus tancats, girar el tronc 1/8 de volta: d'aquest moviment en resultarà una torsió necessària en els genolls; les espatlles i els malucs hauran de quedar en la mateixa alineació

136

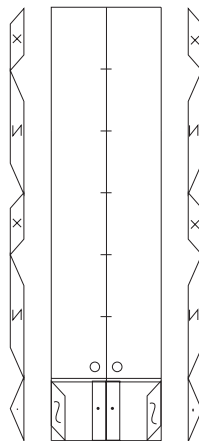


Figura 60. En primera posició, els peus oberts segons un grau deixat a elecció de l'executant, rotació dels braços alternativament: molta rotació *en dehors* i una mica *en dedans*

ELS ARCS VERTICALS

33. Els arcs verticals pertanyen a una categoria de signes que tenen funcions diverses però totes estan en relació amb la noció d'unió. Es presenten a continuació i són la referència per als capítols anteriors i els que segueixen:

137



Figura 61

L'arc d'unió

34. L'arc d'unió tot sol:

- uneix dos signes de direcció o uns quants: la continuïtat del moviment s'accentua (noció de «lligat»).

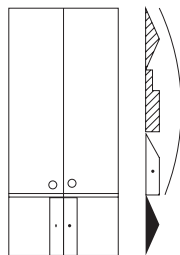


Figura 62. El *port de bras* dret està «lligat»; la successió dels signes de direcció indica la continuïtat que s'accentua per l'arc afegit

- uneix un signe de direcció a un signe de volta per indicar la simultaneïtat d'aquestes dues accions quan el pentagrama és massa estret per col·locar les indicacions una al costat de l'altra (vegeu figura 63).

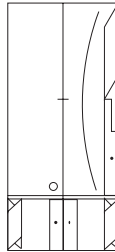


Figura 63. En primera posició paral·lela, s'aixeca la cama dreta endavant i es col·loca en rotació *en dehora* (dues accions simultànies en un pentagrama que té dues columnes interiors)

138

- uneix un signe d'amplitud a un traç d'acció per indicar el grau de flexió/extensió a assolir quan es coneix la direcció del gest (noció de meta). Se sap que el traç d'unió permet indicar la durada dels signes que no s'allarguen (vegeu figura 64).

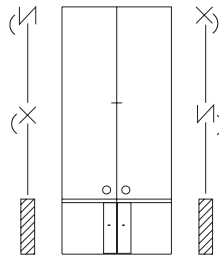


Figura 64. Els braços aixecats verticalment es dobleguen i s'estenen alternativament

- uneix un signe de persona, de lloc o bé un altre a un signe de trajecte per precisar l'objectiu a assolir, si aquestes indicacions estan col·locades sobre el signe de trajecte –noció de meta– (vegeu figura 65), o per indicar la iniciativa de l'acció, si el signe està col·locat sota el signe del trajecte –noció de «conductor»– (vegeu figura 66, «Els moviments de grup» i «Gramàtica de la notació Laban 1»).



Figura 65. Les persones hauran d'assolir el centre del lloc d'evolució al final del trajecte

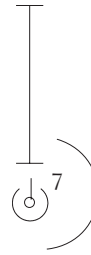


Figura 66. En una dansa de grup, la noia núm. 7 és seguida per les altres

- uneix dos signes de direcció separats per un punt per definir una direcció mitjana entre els dos signes de direcció inscrits (vegeu figura 67 i «Gramàtica de la notació Laban 1»).



Figura 67. Situar-se en la direcció mitjana entre la direcció a la dreta i a la dreta cap amunt

35. L'arc d'unió conté un signe.

L'arc d'unió pot comprendre diversos signes: de força, de cos, de posició, de trajecte recte. Aquestes indicacions impliquen una modificació del moviment principal al qual s'apliquen.

L'efecte provocat per aquestes modificacions és momentani i se situa entre els dos extrems de l'arc, i desapareix al final de l'arc.

36. L'arc d'unió conté un signe de força: indica una tensió que implica la durada d'una accentuació provocada per un signe d'accent dèbil i/o fort. L'efecte de la tensió se situa entre els dos extrems de l'arc i desapareix al final de l'arc (vegeu figura 68 i «Gramàtica de la notació Laban 1»).

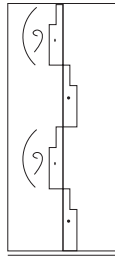


Figura 68. Caminar, el genoll esquerre relaxat (coixejar)

37. L'arc d'unió conté un signe del cos: la part del cos considerada «condueix» el moviment. Aquesta manera d'escriure evita la descripció de petites rotacions i de lleugeres flexions que fan de mal definir, provocades pels impulsos de les conduccions (vegeu figures 69, 229 i 230).

140

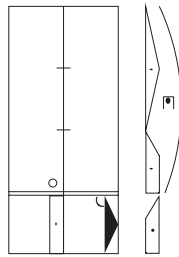


Figura 69. El braç dret, davant-dreta (en diagonal), creua per davant del cos i després s'obre novament. La palma condueix aquests moviments: en el primer moviment, la conducció provoca una lleugera flexió del canell; en el segon moviment, provoca una rotació cap endins del braç; al final del moviment, el braç torna a la posició normal

38. L'arc d'unió conté un signe de posició: es tracta d'una desviació (vegeu figura 70 i «Gramàtica de la notació Laban 1»).

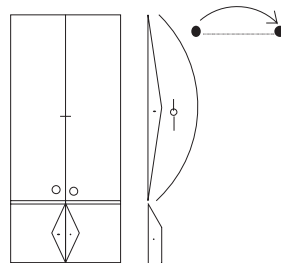


Figura 70. El braç dret, en diagonal davant-esquerra, s'obre lentament traçant una corba lleugera cap amunt

39. L'arc d'unió conté un petit signe de trajecte recte: per passar d'una direcció a una altra, un trajecte recte substitueix un trajecte corbat; les flexions degudes a aquest efecte no s'escriuen (vegeu figura 71).

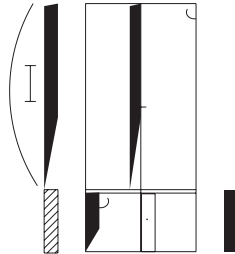


Figura 71. El braç esquerre, de la posició vertical-alt, baixa en diagonal cap a darrere-esquerra-baix traçant una línia recta; el colze es plega i es desplega durant aquest passatge

141

40. L'arc d'unió conté un petit signe en forma de ∇ ; és la manera d'escriure una successió, és a dir, un desenvolupament del moviment que provoca una onada en la part del cos considerada.

El petit signe ∇ indica una successió centrífuga, del centre cap a l'exterior. El mateix signe al revés \wedge indica una successió «centrípeta», de l'exterior cap al centre (vegeu figura 72).

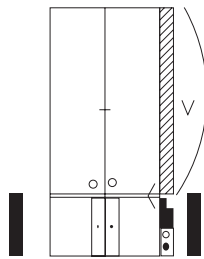


Figura 72. El cos, inclinat cap endavant, s'aixeca vèrtebra a vèrtebra per un desenvolupament progressiu fins a la posició vertical

Nota. La longitud de l'arc d'unió pot ser més curta que la dels signes als quals està unit l'arc: l'efecte serà més breu.

L'arc de participació

41. L'arc de participació té una part recta a la meitat.

Unit a un signe de direcció, conté en aquest moviment la part del cos veïna representada per la columna on es troba (vegeu figura 73).

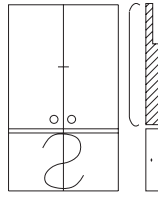


Figura 73. El braç dret arrossega en la seva extensió l'àrea de l'espatlla

Col·locat en la columna subsidiària i dirigit cap a la columna de transferència o cap a la columna de gestos de la cama, especifica el grau d'alleugeriment del pes d'una transferència (vegeu figura 74, paràgraf 12).

142

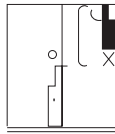


Figura 74. La punta del peu dret descansa una petita part del pes del cos; és un gest suportat (vegeu figura 25)

Un signe del cos col·locat entre els extrems de l'arc de participació indica amb precisió quina és la part del cos arrossegada en el moviment (vegeu figures 75 i 76).

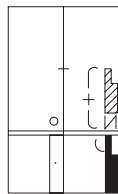


Figura 75. El maluc participa en l'elevació de la cuixa durant un gran *battement* en quarta posició davant (rotació i «basculació» lateral del maluc)

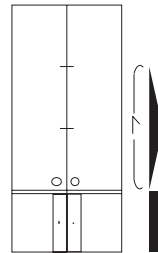


Figura 76. En aixecar-se cap al costat, el braç dret arrossega l'espatlla (lleugera translació)

L'arc d'addició

42. L'arc d'addició, de forma recta, permet afegir, tal com indica el seu nom, una indicació vàlida per a uns quants signes de direcció i evita la repetició de la indicació suplementària, com ara els signes d'amplitud, de força, de pausa, creus dels eixos, etc.

L'efecte de l'arc d'addició està lligat a l'efecte del signe o dels signes de direcció als quals està unit.

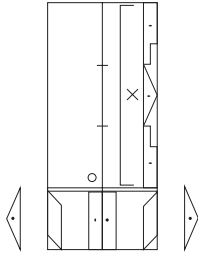


Figura 77. El signe d'amplitud col·locat a l'interior de l'arc d'addició s'aplica als tres signes de direcció: el *grand rond de jambe* s'executa amb el genoll doblegat (*en attitude*)

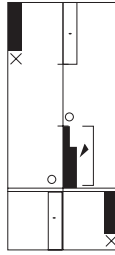


Figura 78. La tensió de picar el peu dret dura fins a la transferència següent

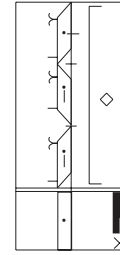


Figura 79. Cama dreta *dégagée* endarrere: durant les tres voltes manté la direcció espacial inicial (moviments *fouettés*) per trobar-se de costat al tercer gir

L'arc de conjunció o gafet d'analogia

43. Aquest gafet té diverses atribucions, que poden resumir-se en una paraula: «el mateix».

Uneix les dues parts d'un signe tallat per una interrupció del pentagrama: és el mateix signe (vegeu figura 80).

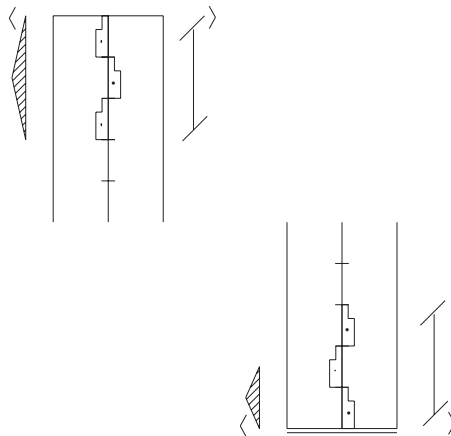


Figura 80. El mateix gest segueix en el proper pentagrama: direcció dreta-alt del braç esquerre i el trajecte circular

Evita la repetició del signe de la part del cos sota cada nova indicació de direcció: és la mateixa part del cos (vegeu figura 81).

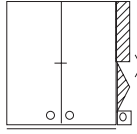


Figura 81. El bust s'inclina al costat i torna a la vertical: amb un sol signe del bust i amb el gafet d'analogia entre els dos signes de direcció n'hi ha prou per indicar el moviment

Uneix dues transferències quan un peu queda en el lloc anterior malgrat la transferència del pes del cos: el cos conserva el mateix punt de suport (vegeu figura 82).

144

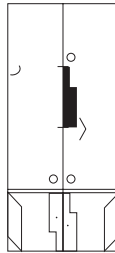


Figura 82. A partir d'una quarta posició, es realitza la transferència del pes del cos endavant sobre la cama dreta, que es doblega, sense prendre un nou suport.

Uneix un gest i una transferència. La transferència s'efectua en el mateix lloc que el gest (vegeu figura 83).

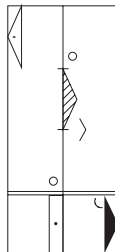


Figura 83. A partir d'un *dégagé à terre* en segona posició de la cama dreta, *piquer* directament amb el peu dret en el lloc del *pointé*

L'àncora

44. Aquest signe permet precisar que un peu es manté o bé torna a situar-se exactament en el lloc precedent, i també permet en certs casos utilitzar la transcripció de posició a posició.

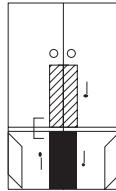


Figura 84. A partir d'un 1/2 *plié* en cinquena posició, *relever* en cinquena posició acostant el peu dret davant l'esquerre, que no es mou

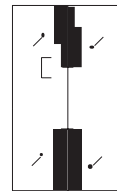


Figura 85. *Demi-plié* en tercera posició, saltar en quarta posició: el peu esquerre torna a caure en el lloc precedent (sense l'àncora, els dos peus s'haurien separat simultàniament d'una banda i altra de la tercera posició)

145

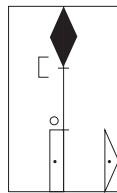


Figura 86. *Dégager* la cama dreta a la segona, i després caure en segona posició *demi-pliée*; també es plega la cama esquerra, que no s'ha desplaçat

ELS RECOLZAMENTS DEL PEU

- 146 45. Els signes de recolzament del peu («Gramàtica de la notació Laban 1», «Els recolzaments del peu») deriven del signe de contacte representat per un arc horitzontal (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «Els signes de relació»). Serveixen per precisar quina part del peu està en contacte amb el terra.
46. Als signes ja estudiats se n'afegeixen altres variants que permeten una descripció més exacta d'aquests contactes (vegeu figura 87).

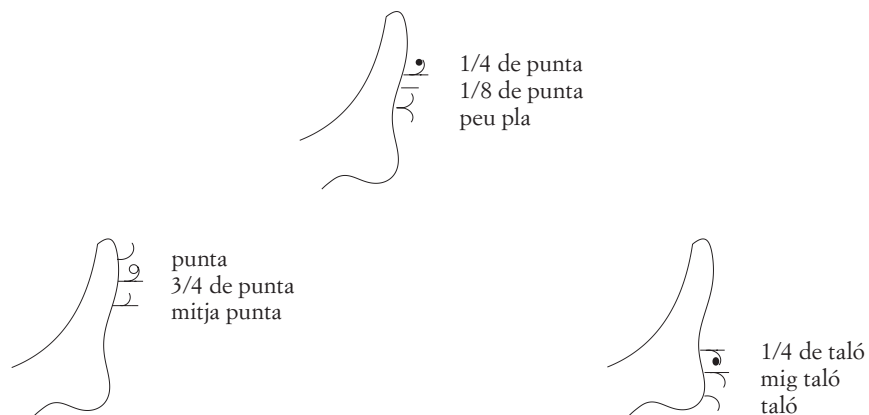


Figura 87

47. Els signes de recolzament del peu aplicats a les transferències o als gestos de la cama estan lligats al signe de direcció al qual estan units i s'inscriuen en les columnes subsidiàries.

Els signes de recolzament en les columnes dels gestos de la cama

Contactes momentanis

48. La col·locació dels signes de contacte sobre un signe de direcció inscrit en una columna de gestos de la cama indica el moment del contacte.

Si el signe de recolzament està col·locat al final d'un gest, el contacte persisteix fins al moviment següent.

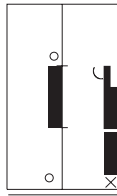


Figura 88. El *pointé* es fa al final del gest (i persisteix fins al moviment següent)

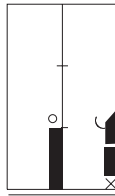


Figura 89. El *pointé* més ràpid es fa a l'inici del temps



Figura 90. El *pointé* més ràpid es fa al final del temps

147

Si el signe de recolzament es troba col·locat durant un gest, el contacte és passatger i el gest segueix la seva trajectòria.

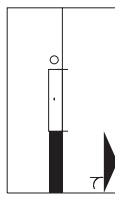


Figura 91. El taló pren contacte amb el terra al principi del gest de costat; es doblega la cama necessàriament a l'inici del gest i acaba el trajecte a 45° del terra

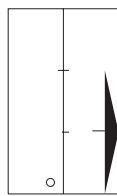


Figura 92. La part del davant del peu pren contacte amb el terra enmig del trajecte del gest en dos temps; la cama dreta acaba el gest, de costat a 45°

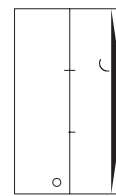


Figura 93. La punta del peu pren contacte amb el terra abans d'acabar el gest. S'aixeca la cama dreta lentament, fins que la punta toca a terra en els 2/3 del trajecte; la cama acaba a 45°

Contactes successius

49. Si mentre la cama ja està en la direcció donada i es fan uns quants contactes, els signes de suport apareixen aïllats en les columnes de gestos de la cama –o subsidiàries, a escollir– (vegeu figures 94, 95 i 96); si el moviment es fa lentament, els signes s'uneixen a un traç d'acció (vegeu figura 97).

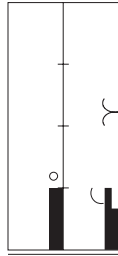


Figura 94. A partir d'un *pointé* endavant, situar el peu sobre la planta (sense pes)



Figura 95. A partir d'un *pointé* endavant, aixecar la cama, situar el peu sobre el taló, aixecar novament la cama i després *re-pointer* el peu

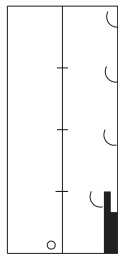


Figura 96. *Pointés* successius: és necessari un «alleugeriment» per a aquesta execució; és inútil el signe de «supressió» d'un contacte

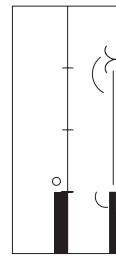


Figura 97. A partir d'un *pointé* endavant, baixar lentament el peu fins que tota la planta està en contacte amb el terra; la transició dura dos temps gràcies al traç d'acció unit al signe de recolzament

Contactes lliscats

50. Uns quants signes de recolzament (generalment dos) enganxats a un signe de direcció indiquen un moviment lliscat.

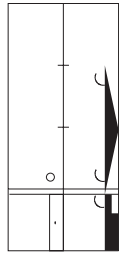


Figura 98. El peu dret *pointé* endavant llisca de costat; la punta es manté en contacte amb el terra



Figura 99. Llançar la cama dreta a la diagonal-davant i després doblegar-la, fregant el terra amb la part del davant del peu durant el trajecte d'anada i tornada

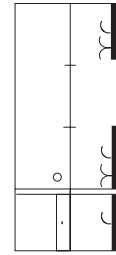


Figura 100. Llançar la cama dreta alternativament endavant i endarrere (*battement en cloche*) fent lliscar el peu sobre el terra al principi de cada passatge

Contactes resultants

51. Durant una transferència en una direcció donada, la cama lliure es troba forçosament col·locada en la direcció oposada al desplaçament; aquest gest «automàtic» no s'escriu. Si al final d'una transferència el peu de la cama lliure queda en contacte amb el terra, en la columna de gestos de la cama apareix un signe de recolzament aïllat.

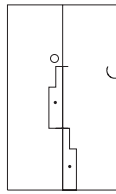


Figura 101. Al final del segon pas el peu dret queda *pointé*

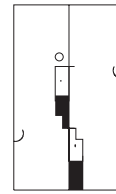


Figura 102. Balanceig del pes del cos endavant i endarrere deixant el peu de la cama que es torna lliure en contacte amb el terra (entre els dos passos, la cama pot aixecar-se molt lleugerament)



Figura 103. Balanceig del pes del cos de dreta a esquerra deixant el peu de la cama que es torna lliure en contacte amb el terra (entre els dos passos, la cama pot aixecar-se molt lleugerament)

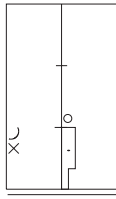


Figura 104. El pas endarrere acaba amb la cama esquerra *pointée* i doblegada.

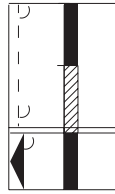


Figura 105. A partir d'un *dégagé à terre* en posició *demi-pliée*, *relever* i després doblegar alternativament sobre la cama dreta: el peu esquerre *pointé* llisca passivament; el traç d'acció s'escriu amb una línia de punts

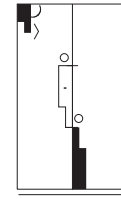


Figura 106. Acabar els passos en quarta posició *fondué*; *pointer* la cama esquerra: en resulta una transferència automàtica sobre la cama dreta (no és necessari escriure aquesta transferència)

150

Nota. Si a la figura 103 s'hagués escrit «àncores» en lloc de «gafets d'analogia», significaria que el peu s'hauria de col·locar exactament en el lloc de «pointé» amb elevació o no de la cama lliure.

Distància dels contactes

52. A una flexió o a una extensió de la cama lliure que manté un contacte amb el terra correspon una distància normal mitjana entre aquest contacte i la cama de suport. Si es vol acostar o allunyar sensiblement el contacte tot conservant el grau de flexió o d'extensió del genoll, pot aparèixer un signe d'amplitud en la columna de transferència del costat de la cama lliure.



Figura 107. Doblegar la cama esquerra i *pointer* la cama dreta doblegada al costat

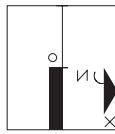


Figura 108. El mateix moviment però buscant de *pointer* el peu lluny de si mateix conservant la cama doblegada (moviment ampliat)



Figura 109. El mateix moviment però buscant de *pointer* a prop del cos (moviment escurçat)

Els signes de recolzament en les columnes de transferències

53. La col·locació d'un sol signe de recolzament a sobre d'un signe de direcció en una columna de transferències indica que una part del peu suporta el pes del cos durant el pas.

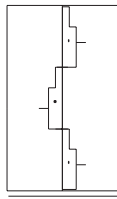


Figura 110. Caminar sobre la part del davant dels peus; el taló s'aixeca lleugerament

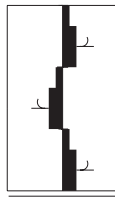


Figura 111. Caminar en posició doblegada sobre la mitja punta (vegeu figures 127, 128 i 129)

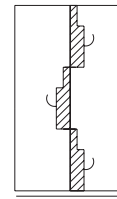


Figura 112. Caminar sobre la punta

54. Dos signes de recolzament idèntics units a un signe de direcció i col·locats en les columnes de transferències indiquen una transferència lliscada.

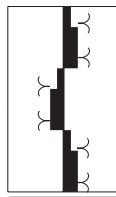


Figura 113. Caminar arrossegant els peus

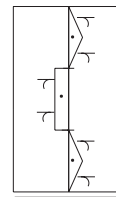


Figura 114. Caminar de costat fent lliscar els talons (part del davant dels peus gairebé aixecada)

55. Uns quants signes de recolzament diferents units a un signe de direcció (vegeu figura 115) o de volta (vegeu figura 116) en una columna de transferències indica que hi ha un desenrotllament del peu durant aquesta transferència o aquesta volta.

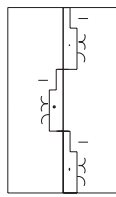


Figura 115. Caminar desenrotllant completament el peu a partir del taló a cada pas

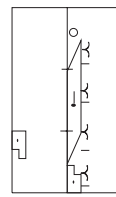


Figura 116. Girar sobre el peu dret aixecant-ne la part del davant i col·locant el taló alternativament *tour-promenade*

Exemples d'aplicacions combinades:

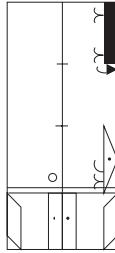


Figura 117. Un *grand battement* a la segona, llançar la cama dreta al costat a 90° lliscant el peu a l'inici i després *pointer* el peu sobre el terra i tancar lliscant sense que la cama dreta suporti el pes

152

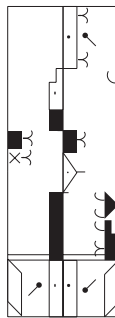


Figura 118. Un *pas de basque*: executar un quart *rond de jambe à terre* de la cama dreta, passar sobre el peu dret, acostar el peu esquerre (que no suporta pes) en primera posició lliscant a prop del peu dret; fer un pas endavant amb aquest peu esquerre, deixant *pointé* el dret; tancar lliscant el peu dret darrere del peu esquerre, en tercera posició

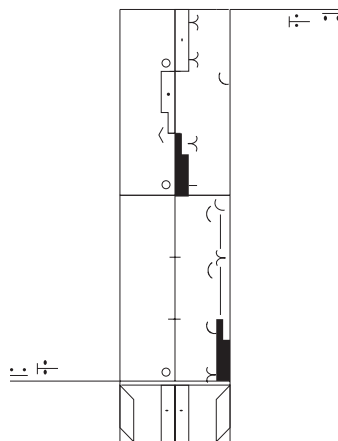


Figura 119. Un *dégagé à terre*: en primera posició oberta, *dégager* lliscant el peu dret en quarta posició davant *pointée*; posar lentament el peu pla, *pointer* aquest peu de nou lentament; caure en quarta posició davant *fendue*; tornar en quarta posició *pointée* de la cama dreta. Tancar-la en primera posició. Repetir l'exercici de costat i després endarrere (repetició en creu), i després fer l'exercici complet (en creu) amb l'altra cama (vegeu «L'organització d'una partitura», paràgrafs 212 i 213)

L'AMPLITUD

56. Quan una transferència o un gest requereix més o menys espai que una transferència o un gest «normal» (mitjà), els signes d'amplitud completen els signes de direcció (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «Els signes d'amplitud»).

153

57. Els signes d'amplitud aplicats a les transferències precisen la distància recorreguda si aquesta distància és més petita que la longitud del pas normal de l'executant (vegeu «Les transferències»).

58. Aplicats als moviments de les parts del cos (als gestos), els signes d'amplitud determinen el grau de flexió o extensió dels moviments.
Les formes de base es representen així:

× una amplitud petita

∨ una amplitud gran

59. A aquestes dues formes de base s'hi van afegint variants. Aquestes formes secundàries només afecten els gestos, ja que l'amplitud d'una transferència només canvia en una dimensió. En el cas dels gestos, l'amplitud pot variar en dues o tres dimensions.

Les variacions bidimensionals de l'amplitud

La flexió simple o general

60. Comporta sis graus corresponents al tancament progressiu de l'angle format pels dos segments (del braç o de la cama) en moviment. Quan els segments (tronc, mà, peu) són més nombrosos, l'angle és arrodonit.

Els sis graus del signe de flexió són:

× 150° d'obertura

× 120° d'obertura

× 90° d'obertura

× 60° d'obertura

× 30° d'obertura

× 0° d'obertura o flexió màxima

154

L'extensió simple o general

61. Comporta només dos graus, que corresponen respectivament a les nocions:

∕ tens

∕ molt tens

L'extensió simple provoca un estirament dels segments.

Generalment, es col·loquen els signes d'amplitud sota el signe de direcció que el modifiquen. Formen part de la durada del moviment a executar.

62. Si es coneix la direcció del gest i només es produeix una modificació de la flexió o de l'extensió, un traç d'acció unit al signe d'amplitud permet indicar-ne la durada (vegeu figura 126). Si la modificació de la flexió o de l'extensió és breu, el signe d'amplitud apareix aïllat (vegeu figura 125).

63. Si la variació de l'amplitud s'aplica a una part del cos diferent d'un braç o d'una cama, es col·loca el signe d'amplitud entre el signe del cos i el signe de direcció (vegeu figura 123).

64. Una indicació d'amplitud és vàlida fins al signe següent de direcció, d'amplitud o d'anul·lació.

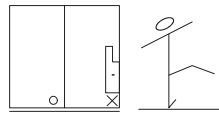


Figura 120. Aixecar a 90° la cama dreta endavant doblegada lleugerament

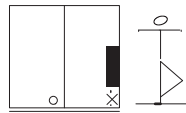


Figura 121. Doblegar la cama dreta sota d'un mateix

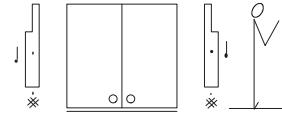


Figura 122. Plegar els braços davant del cos

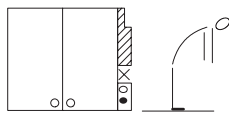


Figura 123. «Arquejar» el tronc endavant

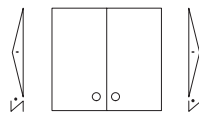


Figura 124. Estendre els braços al costat, al màxim

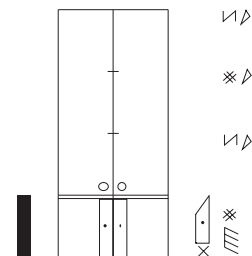


Figura 125. Tancar i obrir bruscamment la mà dreta (vegeu «Els signes de força» del volum 1)

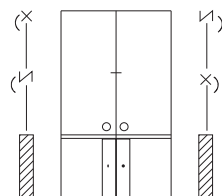


Figura 126. Els braços s'alcen cap amunt, s'estenen i es dobleguen alternativament

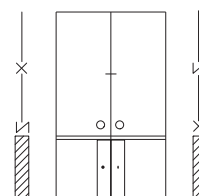


Figura 126'. Als Estats Units (LAB), el traç segueix el signe d'amplitud

65. Quan un signe d'amplitud apareix en les columnes de gestos al costat d'una transferència sobre la cama significa que hi ha una flexió o una extensió durant la transferència. La col·locació del signe d'amplitud indica el moment de la modificació: col·locat a l'inici de la transferència, es refereix a tot el pas; col·locat al final, indica que la flexió es produeix al final de la transferència; en una transició progressiva, el signe d'amplitud es col·loca en un signe de creixement o bé està unit a un signe d'acció.

66. Si el signe de flexió o d'extensió està col·locat sobre el signe del turmell o bé del genoll, això vol dir que l'articulació considerada està immobilitzada, segons aquest grau de flexió o d'extensió (per exemple, caminar amb les cames rígides) (vegeu figura 131). Si aquestes modificacions afecten diversos passos, un signe de pausa en el cos es pot col·locar sobre el signe d'amplitud. Aquesta pausa serà anul·lada per un signe de retorn a la normalitat.

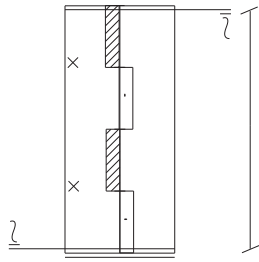


Figura 127. Trepitjar girant: la cama esquerra es doblega una mica i el cos queda quasi a la mateixa alçada

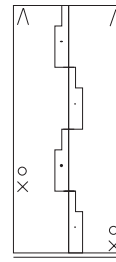


Figura 128. Caminar amb les cames doblegades i al quart pas retornar a l'estat normal

156

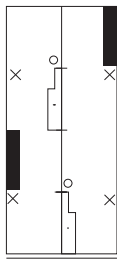


Figura 129. Doblegar lleugerament el genoll al final de cada pas

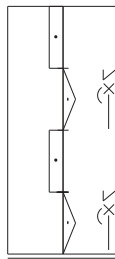


Figura 130. En desplaçar-se cap a la dreta, doblegar i estendre les cames a cada pas

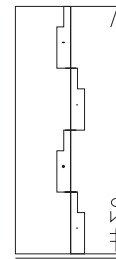


Figura 131. Caminar conservant el genoll dret rígid

Nota. El signe de pausa en el cos evita la repetició del signe d'amplitud en el pas següent (vegeu figures 128 i 131).

La flexió definida o contracció

67. La flexió definida afecta només les parts del cos prou mòbils per corbar-se en un sentit o en un altre (tronc, mà, peu).

Exactament com la flexió simple, aquesta forma de flexió resulta d'una aproximació de les dues extremitats de la part del cos que es mou. No canvia la direcció general del moviment. Quan els dos segments es mouen, l'angle és punxegut; quan es mouen diversos segments, l'angle és arrodonit.

68. La flexió definida es representa amb un signe de flexió simple amb un petit traç; aquest traç determina la cara còncava de la part del cos en contracció, que es corba:

- | | |
|--------------------------------|---|
| ⊗ part anterior en contracció | ⊗ part anterior dreta en contracció |
| ⊗ part posterior en contracció | ⊗ part anterior esquerra en contracció |
| ⊗ part dreta en contracció | ⊗ part posterior dreta en contracció |
| ⊗ part esquerra en contracció | ⊗ part posterior esquerra en contracció |

69. Els signes de la flexió definida inclouen sis graus, idèntics als signes de la flexió simple:

| | | | |
|-----------------|------|------------------|-----|
| \times | 150° | \otimes | 60° |
| $\dot{\times}$ | 120° | $\dot{\otimes}$ | 30° |
| $\ddot{\times}$ | 90° | $\ddot{\otimes}$ | 0° |

Les mateixes variacions s'apliquen als altres signes de la flexió definida.

70. Els signes d'amplitud es col·loquen entre els signes del cos i el signe de direcció. La utilització dels signes de la flexió definida segueix exactament les mateixes regles que les de la flexió simple.

La indicació de la flexió definida és vàlida fins al moviment següent de direcció, de flexió o d'anul·lació.

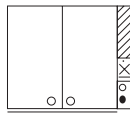


Figura 132. Encongir-se arquejant les espatlles



Figura 133. Peu en contracció, en pressió; l'empenya es considera la cara anterior

L'extensió definida

71. Com la flexió definida, l'extensió definida afecta només el tronc, la mà, el peu, i aquestes parts del cos són les úniques capaces de corbar-se en un sentit i en un altre. El signe de gran amplitud amb un petit traç permet definir la cara convexa d'una part del cos en contracció.

L'elecció d'una forma d'amplitud (flexió o extensió definida) o una altra depèn de l'accentuació que es vol donar al moviment.

72. Els signes de l'extensió definida comprenen els dos graus del signe de l'extensió simple; les variacions del signe són iguals a les del signe de la flexió definida. Per exemple:



S'utilitzen com els signes de l'extensió simple.

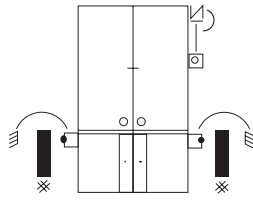


Figura 134. Treure el pit: s'estira la part anterior del tòrax

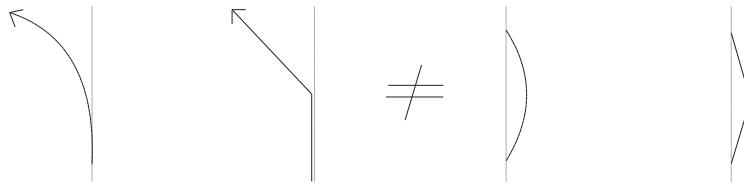


Figura 135. Palma de la mà en extensió

La flexió especial

73. La flexió especial o indicació de curvatura consisteix a mantenir una de les extremitats fixa mentre que l'altra es doblega. Quan diverses articulacions es mouen, la línia es corba; es tracta d'un encorbament. Quan una sola articulació es mou, la línia del moviment és angular, es tracta d'un «replegament».

158



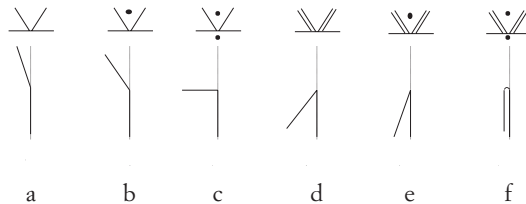
Curvatures (flexió especial)

Contraccions (flexions simple i definida)

74. El signe que s'utilitza és un signe de petita amplitud tallat pel mig per un traç. La inclinació del signe indica la direcció de la curvatura; hi ha vuit inclinacions possibles, cada una de les quals comporta sis graus, com en els signes de la flexió simple. Les vuit inclinacions del primer grau de la «curvatura» són les següents:

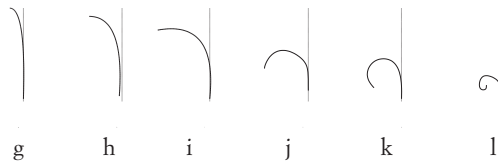


Els sis graus del signe de curvatura endavant són:



Aquests signes representen els graus de curvatura per a una articulació.

Els següents representen els graus de curvatura per a diverses articulacions:



75. Aquests signes d'amplitud es col·loquen entre el signe del cos i el signe de direcció. Si ja es coneix la direcció de la part del cos en moviment, el signe de flexió especial està unit a un traç d'acció per precisar la durada de la flexió. Aïllats, aquests signes d'amplitud representen un moviment breu.

76. La flexió especial permet:

- d'annotar amb una gran precisió, independentment de les referències a l'espai circumdant, el sentit i alhora la inclinació d'un segment al nivell d'una articulació; es tracta del «replegament» d'un segment sobre l'altre.
- de transcriure l'encorbament d'una successió de segments que es dobleguen progressivament els uns respecte dels altres a partir de l'extremitat lliure.



Figura 136. La mà s'inclina cap al costat: el canell dret es doblega cap a la dreta

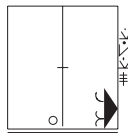


Figura 137. Al final del *dégagé* de la cama dreta cap al costat, el turmell es doblega, s'estén i es doblega de nou (peu *flex*)

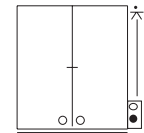


Figura 138. El tronc es corba endarrere (*cambré*)

77. Quan es comparen les diferents formes de flexions aplicades a una mateixa part del cos, es pot observar:

- que en una contracció (flexió simple o definida) es manté en les dues extremitats la direcció donada, mentre que en una curvatura l'extremitat lliure es doblega més enllà de la direcció indicada.

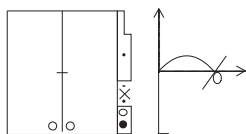


Figura 139. El tronc s'inclina endavant en contracció: la part més alta del cap i la pelvis es troben en la mateixa alineació

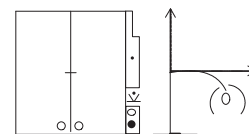


Figura 140. El tronc s'arqueja endavant: la pelvis arriba a la direcció indicada, mentre que l'alt del tòrax s'inclina més avall i més endavant

- que, en utilitzar una forma o l'altra, podem arribar a una mateixa postura final; l'elecció de l'anàlisi depèn del context en què se situa el moviment.

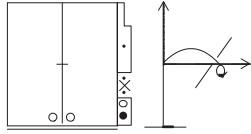


Figura 141. El tronc s'inclina endavant en flexió. És una contracció.

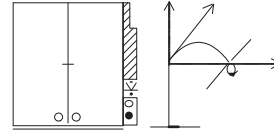


Figura 142. El tronc s'inclina endavant en flexió. És una curvatura i més precisament un encorbament.

El trajecte i la sensació del moviment seran diferents, però la posició que en resulta serà similar.

160

Les variacions tridimensionals de l'amplitud

La contracció

78. Quan la flexió d'una part del cos provoca un acostament convergent dels segments, es produeix una veritable contracció, és a dir, una flexió en tres dimensions.

S'utilitza un signe de petita amplitud travessat per un traç. Aquest signe inclou exactament els mateixos graus que el signe de flexió simple i segueix les mateixes regles. Aquesta flexió pot aplicar-se únicament al tòrax, a les mans i als peus.

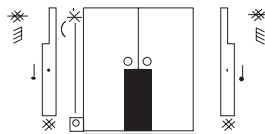


Figura 143. Engorjament serrant els punys

L'expansió

79. L'expansió provoca una ampliació dels segments en les tres dimensions. S'utilitza un signe de gran amplitud travessat per un traç. Aquest signe inclou dos graus i s'utilitza segons les mateixes regles que les dels signes d'extensió simple.



Figura 144. Ampliació de la caixa toràcica (durant una inspiració profunda, per exemple)

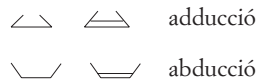


Figura 145. Mà molt oberta, dits molt separats

L'adducció, l'abducció

80. L'adducció és el moviment que acosta dos segments o uns quants d'una part del cos. L'abducció és el moviment (contrari) que els allunya. Aquestes formes especials de l'amplitud s'apliquen a l'acostament o allunyament lateral dels segments.

81. Els signes particulars, que tenen dos graus, es presenten així:



82. Per a un moviment breu, aquests signes apareixen aïllats damunt del signe del cos; per a un moviment més lent, s'uneixen a un traç d'acció. Segueixen les mateixes regles que les dels altres signes d'amplitud.

161

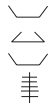


Figura 146. Obrir i tancar alternativament els dits del peu



Figura 147. Tancar el puny fins a sobreposar els dits

L'anul·lació de les indicacions de les variacions d'amplitud

83. Qualsevol canvi de postura provoca una modificació d'un segment o més precisats. S'anul·len les indicacions d'amplitud per:

- una variació d'amplitud aplicada a un mateix gest,
- una indicació de direcció d'aquesta part del cos,
- un moviment d'una part del cos «superior» a la part indicada (un moviment del tronc anul·la els moviments de les parts del tronc; un moviment d'un braç o d'una cama anul·la els moviments de les seves parts).

84. Però es pot preferir de «mantenir» una situació donada: en aquest cas s'utilitzen els signes de pausa; o es pot preferir anul·lar simplement una posició excepcional d'una part del cos: amb aquesta finalitat s'utilitza un signe de «retorn a la normalitat» (vegeu paràgraf 105 a la «Gramàtica de la notació Laban 1», «Els signes d'anul·lació»).



85. En certs casos, aquest signe de «retorn a la normalitat» pot provocar una confusió o semblar massa vague; és per això que pot utilitzar-se un signe especial d'amplitud. Es forma a partir de sobreposar els dos signes de flexió i d'extensió simples i es representa així: \bowtie

Significa que la part del cos considerada (per aquest signe) torna a prendre un estat d'amplitud «neutre», no doblegat, no estirat. Aquest signe unit a un traç d'acció precisa la durada de l'anul·lació (vegeu figura 152).

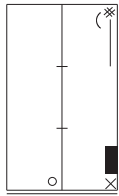


Figura 148. El primer temps, doblegar una mica la cama dreta; en el tercer temps, augmentar la flexió de la cama dreta (modificació de l'amplitud)



Figura 149. Doblegar la cama dreta sota d'un mateix, i després estirar-la endavant (modificació de la direcció)

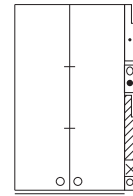


Figura 150. Inclinar el tòrax endavant i continuar el moviment basculant el tronc horitzontalment (el tòrax és portat pel tronc)

162

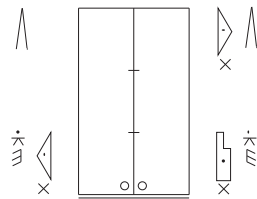


Figura 151. Els canells tornen a la posició normal al final del tercer temps, quan el braç dret s'obre (retorn a la normalitat)

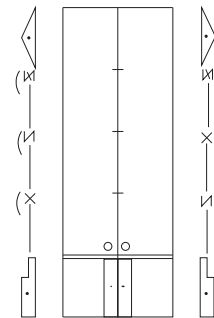


Figura 152. Doblegar i estirar alternativament els braços endavant i alinear-los abans d'obrir-los (retorn a la normalitat específica)

ELS SISTEMES DE REFERÈNCIA: LES CREUS DELS EIXOS

86. Les creus dels eixos són sistemes de referència utilitzats en cinetografia per analitzar els moviments del cos humà sota aspectes diferents.

163

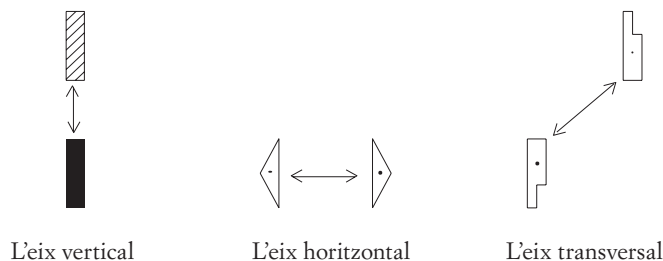
Hi ha tres sistemes per estudiar, que corresponen a l'anàlisi de les direccions que pot prendre el cos humà. Aquestes direccions poden referir-se a la posició de la persona, al cos humà en general o a l'espai circumdant.

Els tres sistemes es basen en les creus dels eixos que formen les direccions resultants de l'home en moviment i s'anomenen, respectivament:

- la creu dels eixos normals (estàndard),
- la creu dels eixos corporals,
- la creu dels eixos constants.

La creu dels eixos normals

87. Aquesta creu virtual (que porta cadascú) és formada per les tres direccions principals determinades pels tres plans de l'espai:



Es representa així:  Inclou els elements de les altres dues creus.

88. Amb la creu dels eixos normals, les direccions s'analitzen d'acord amb l'eix vertical de la gravetat, del front de l'executant (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «La volta eix») i del punt de referència de cada part del cos en moviment (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «Els signes de direcció» i «Els signes del cos»).

89. La creu dels eixos normals es mou alhora que la persona, però es manté vertical quan la persona s'inclina o executa qualsevol moviment que modifica la posició de dret, ja que els eixos de la creu queden:

- d'una banda, sotmesos a l'atracció de la gravetat, és a dir, que siguin com siguin els moviments, la direcció amunt estarà sempre orientada cap al cel i la direcció avall sempre cap a terra;
- i, de l'altra, sotmesos al front de l'executant, ja que la direcció endavant estarà sempre dirigida al davant de l'executant, la direcció endarrere sempre darrere de l'executant, etc.

164

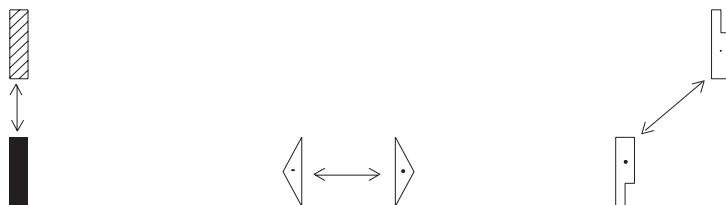
Utilització de la creu dels eixos normals

90. Aquest sistema de referència regeix el desenvolupament de la cinetografia i se sobreentén en cada cinetograma.

Tanmateix, durant la utilització de les altres dues creus, la creu dels eixos normals serveix de signe d'anul·lació; apareix en aquest cas a l'esquerra del pentagrama i anul·la l'efecte de les altres dues creus. També pot estar col·locada en un signe de volta per indicar un gir al voltant de l'eix vertical fix (vegeu figures 180 i 306 a 308).

La creu dels eixos corporals

91. Aquest altre sistema està format pels eixos del cos següents:



L'eix longitudinal (cap, peus)

L'eix lateral (braços estesos)

L'eix transversal (o sagital)

Es representa amb el signe $\text{—} \oplus \text{—}$. La creu dels eixos normals es desplaça, gira i s'inclina amb l'executant. Està sotmesa al front, però no es refereix a l'eix vertical de gravetat.

Utilització de la creu dels eixos corporals

92. La creu dels eixos corporals permet al personatge limitar les indicacions de direccions sense referència a l'espai circumdant. La direcció «dalt» està dirigida cap al cap, la direcció «baix» cap als peus, etc.

93. La creu dels eixos corporals:

- s'aplica als moviments dels membres i de les seves parts quan el tronc es mou;
- facilita la notació de certs moviments del cos en posicions diferents de la posició dret.

94. El signe de la creu dels eixos corporals pot aparèixer sota el cinetograma, a l'inici d'un moviment o a l'esquerra del pentagrama. Llavors, regeix el conjunt del cinetograma i s'anul·la amb el signe de la creu dels eixos normals.

165

95. Col·locada sota un signe de direcció, té un efecte momentani i limitat a aquest signe; forma part del signe de direcció. Pot ser col·locada dins d'un arc d'addició si el seu efecte s'aplica momentàniament a uns quants moviments successius (vegeu «Els arcs verticals d'unió»).

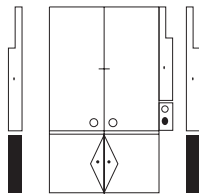


Figura 153. L'executant s'inclina endavant, els braços s'aixequen endavant

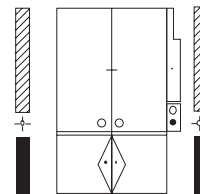


Figura 153'. El mateix moviment escrit amb la creu dels eixos corporals: els braços s'aixequen en direcció al cap

Nota. L'elecció d'una escriptura o una altra depèn del context, segons que la relació amb l'espai proper sigui preponderant.

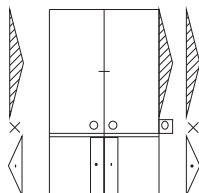


Figura 154. Inclinar el tòrax lateralment; els braços s'aixequen paral·lelament de costat

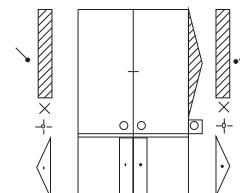


Figura 154'. Exemple similar, però els braços enquadren el cap quan el tronc s'inclina port de bras

Nota. El moviment és similar, però la utilització de les agulles no seria clara en l'exemple 154.

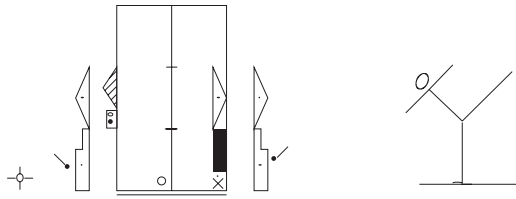


Figura 155. El cos s'inclina de costat, la cama dreta s'inclina lateralment, així com els braços respecte a l'eix del cos

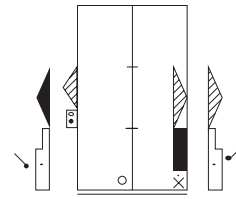
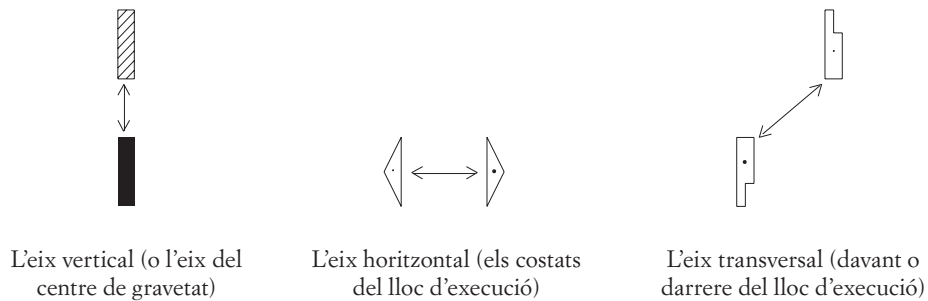


Figura 155'. El mateix exemple escrit sense la creu dels eixos corporals

La creu dels eixos constants

166

96. Aquesta creu es defineix per les direccions cardinals (nord-sud, est-oest) o per qualsevol espai delimitat. Els seus eixos i orientacions es determinen així:



La combinació dels eixos perpendiculars entre si forma una creu, anomenada dels «eixos constants», que es representa així: \oplus

Al contrari de les altres dues creus, no es desplaça amb l'executant, el segueix; no s'inclina i no gira amb ell. En el lloc d'evolució, aquesta creu és comuna a tots els executants.

Utilització de la creu dels eixos constants

97. Aquesta creu s'utilitza per establir una relació directa amb el lloc d'evolució, l'espai del qual és preponderant en relació amb el personatge, quan els seus moviments estan condicionats més pel lloc que per la pròpia situació. La direcció endavant estarà davant del lloc d'evolució; la direcció amunt, cap al sostre; la direcció dreta, cap al costat dret del lloc d'evolució, etc.

98. El signe de la creu dels eixos constants pot aparèixer sota el cinetograma al començament d'un moviment o a l'esquerra del pentagrama: llavors, regeix tot el cinetograma i s'anul·la amb un signe de creu dels eixos normals (vegeu figura 156).

Col·locat sota un signe de direcció i unit a aquest signe, del qual forma part, té un efecte momentani (vegeu figura 157). Pot col·locar-se en un arc d'addició si el seu efecte s'aplica momentàniament a uns quants moviments successius (vegeu «Els arcs verticals d'unió»).

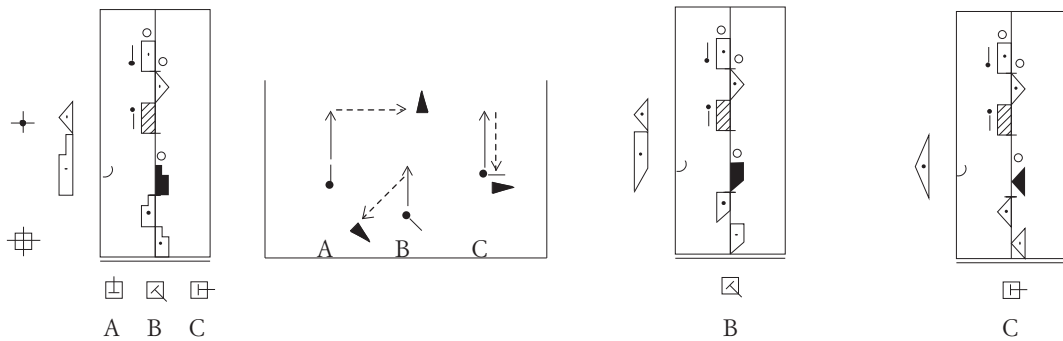


Figura 156. Executar tres passos endavant després d'un desplaçament lateral.

Figura 156'

Figura 156''

La creu dels eixos constants col·locada a l'esquerra del cinetograma indica que els passos i els gestos són paral·lels als eixos del lloc on es desplacen les tres persones:

A, tenint el front cap endavant, efectuarà el cinetograma tal com està escrit.

Contràriament, durant el primer compàs B i C hauran d'ajustar els passos i gestos segons els exemples de les figures 156' i 156'' (escrits per a més claredat), ja que els seus fronts estan orientats diferentment.

Al segon compàs, A, B i C efectuaran el cinetograma tal com està escrit: la creu dels eixos normals anul·la l'efecte de la creu dels eixos constants.

Nota. Durant la primera part de la seqüència, els trajectes dels executants són necessàriament paral·lels entre ells (un traç continu en el dibuix del trajecte sobre el terra); durant la segona part de la seqüència, els trajectes seran perpendiculars als fronts respectius dels executants (línies de punts en el dibuix del trajecte sobre el terra). Aquesta nota fa referència al segon gràfic de la figura 156.

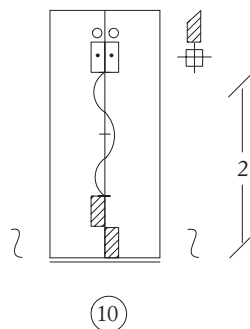


Figura 157. Després de fer les voltes, els personatges porten el braç dret cap al costat dret del lloc d'evolució, siguin quines siguin les orientacions i les posicions respectives

99. Col·locat en un signe de trajecte recte, sota un signe de direcció neutre, indica una desviació del desplaçament, desviació paral·lela a l'eix del lloc designat pel signe de direcció.

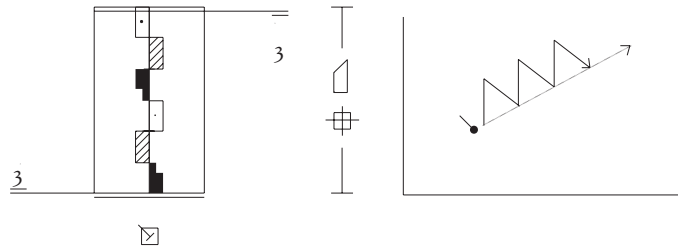


Figura 158. El personatge desvia el seu trajecte paral·lelament a l'eix «diagonal» del lloc

SEGONA PART: ELS MOVIMENTS DE LES PARTS DEL COS

El tema dels moviments de les parts del cos ha estat tractat succintament al capítol «Els signes del cos», a «Gramàtica de la notació Laban 1».

169


Aquí s'analitzen d'una manera més diferenciada, segons quatre funcions principals: la inclinació, la rotació, les formes diverses de les contraccions/extensions i la translació.

EL TRONC I ELS SEUS MOVIMENTS





170

Els signes del tronc i de les parts del tronc

100. El tronc es divideix en diferents parts, que són:

















| | | | |
|---|-----------|---|---------------------------|
|  | el tronc |  | la columna vertebral |
|  | el tòrax |  | la cintura |
|  | la pelvis |  | la regió de les espatlles |

101. Aquests signes poden combinar-se entre ells per designar parts del tronc més concretes; per exemple:

| | | | |
|---|------------------------------------|---|---|
|  | el tòrax fins a sota de la cintura |  | el tronc fins als turmells |
|  | el tronc fins als genolls |  | el tronc, des del tòrax fins a la pelvis (vegeu nota) |

Nota. Quan els elements interiors del signe estan invertits, el punt de referència canvia d'extremitat: aquí és el tòrax que es torna extremitat fixa i la pelvis extremitat lliure (vegeu figures 186 i 303).

102. Els signes de les parts del tòrax i de la pelvis són:

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|--|
|  | el bust |  | la paret abdominal | | |
|  | la part alta de l'espatlla |  | la regió lumbar | | |
|  | el costat dret del tòrax |  | el costat dret de la pelvis | | |
|  | el costat esquerre del tòrax |  | el costat esquerre de la pelvis | | |
|  |  |  |  | | |
|  |  | les parts anteroposteriors intermèdies |  |  | les parts anteroposteriors intermèdies |

103. Per determinar les superfícies de les parts del cos, s'afegeixen petits traços als signes del tronc i de les parts del tronc.

| | | | |
|--|--|--|--|
| | la superfície anterior del tronc | | el pit |
| | l'esquena | | la superfície posterior superior del tronc |
| | el costat dret del tronc | | el costat dret del tòrax |
| | el costat esquerre del tronc | | el costat esquerre del tòrax |
| | les superfícies (arestes) anteroposteriors | | les superfícies (arestes) anteroposteriors |
| | | | |
| | l'abdomen | | la cara anterior de la cintura |
| | el sacre | | la cara posterior de la cintura |
| | el costat dret de la pelvis | | el costat dret de la cintura |
| | el costat esquerre de la pelvis | | el costat esquerre de la cintura |
| | les arestes anteroposteriors | | els angles anteroposteriors de la cintura |
| | | | |

171

104. Els signes de superfície:

- utilitzats sols, serveixen per precisar contactes,
- col·locats en les columnes de transferències, indiquen recolzaments diversos (vegeu «Transferències i girs sobre les parts del cos»),
- completats amb un signe de direcció, determinen la noció de direcció, en designar la direcció cap on la superfície considerada fa front (vegeu nota). En donar així una indicació immediata, els signes de superfície eviten precisar certes rotacions mínimes. S'anul·len les indicacions de direcció amb un signe de retorn a la normalitat o amb una altra indicació de direcció.

Nota. L'orientació de la direcció sempre és perpendicular a la superfície de la part del cos.

Els moviments del tronc pròpiament dits

105. Els moviments del tronc (i de les parts del tronc) s'escriuen a les terceres columnes del pentagrama, a la dreta o a l'esquerra del pentagrama, segons el lloc disponible. Els moviments tenen quatre possibilitats: inclinació, rotació/torsió, flexió/extensió, translació.

Nota. Cada part del tronc no pot fer necessàriament cada un d'aquests moviments.

Inclinació

106. El tronc es mou a partir d'una base fixa: l'articulació coxofemoral; és portat per un moviment de bàscula de la pelvis sobre els caps femorals. Si no hi ha indicacions particulars, els moviments del cap s'inclouen en els del tronc.

107. El tronc pot inclinar-se en nombroses direccions segons una amplitud que depèn de la posició inicial. La inclinació és representada per un signe de direcció col·locat a sobre del signe del tronc. Una nova indicació de direcció anul·la la precedent.

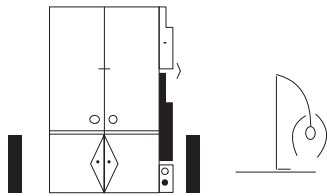


Figura 159. Inclinar el tronc endavant-baix, després situar-lo horitzontalment

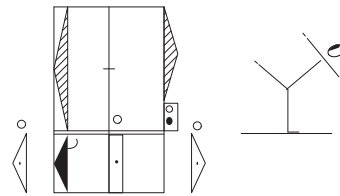


Figura 160. En inclinar el cos lateralment, aixecar la cama

El signe de pausa en el cos significa que els braços segueixen la inclinació del tronc però conserven la posició perpendicular a l'eix longitudinal del cos (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «Els signes de pausa»).

108. El tronc també pot inclinar-se a partir dels genolls o dels turmells que es dobleguen: quan una part de les cames està així inclosa en una inclinació del tronc, s'utilitzen signes del tronc augmentat.

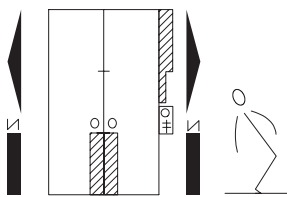


Figura 161. El tronc fins als genolls s'inclina endarrere

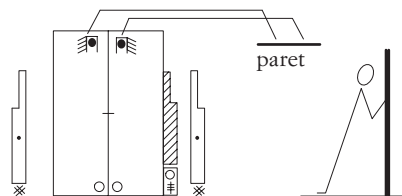


Figura 162. Recolzar-se en una paret (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «Els signes de relació»)

Rotació/torsió

109. Una rotació del tronc provoca una reacció de torsió fins a les cames: la part alta del tronc és més mòbil que els malucs; el grau de rotació precisat és el que es produeix a la part alta del cos. Els moviments dels braços i del cap segueixen els moviments de rotació del tronc, a menys que hi hagi una indicació especial. Les direccions dels braços i del cap s'indiquen en relació amb el front del bust, mentre que les direccions dels passos i de les cames queden sotmeses al front principal (sempre que no tinguin indicacions especials).

Nota. Si es vol obtenir un grau de rotació equivalent a les dues extremitats, s'afegeix un signe «igual» en el signe de rotació (vegeu figura 59).

110. Com totes les rotacions, les del tronc s'anul·len amb una altra rotació del tronc (sencer) o amb un signe d'absència de rotació.

173

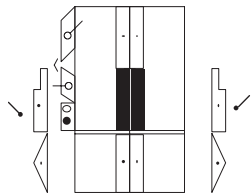


Figura 163. Els braços, oberts al principi, es tanquen davant del cos durant el quart de rotació cap a l'esquerra (el cap, els braços i després el tronc giren cap a la dreta; al final de la rotació, el bust mira cap al racó davant-dret del lloc d'evolució; els braços han seguit el moviment)

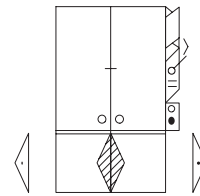


Figura 164. Peus i braços oberts, fer una rotació rigorosa del tronc d'1/8 de volta cap a la dreta, després tornar de front; els braços segueixen les rotacions

Flexió/extensió

111. A causa de la flexibilitat de la columna vertebral, les flexions/extensions són possibles en totes les direccions. Segons una mateixa inclinació, es poden fer diverses classes de flexions/extensions. En els casos dubtosos, s'han d'utilitzar els signes de flexió/extensió definida. El resultat final pot ser idèntic en la forma, però no en el trajecte del moviment ni en la intenció.

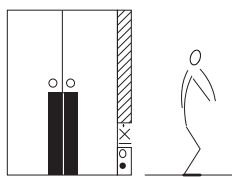


Figura 165. Arquejar les espatlles: encongir-se (s'utilitzen els signes de la flexió definida per a més claredat, ja que és normal doblegar la part anterior)

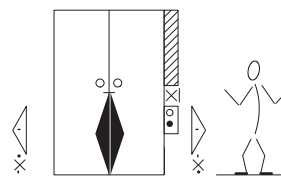


Figura 166. Contreure el costat esquerre del tronc; aquí el signe de la flexió definida és necessari, ja que es tracta d'una contracció particular

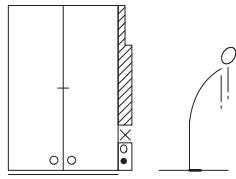


Figura 167. Inclinar-se endavant: espatlles arrodonides (n'hi ha prou amb el signe de la flexió simple: és el sentit natural de la inclinació)

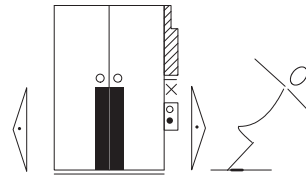


Figura 168. Inclinar el cos endavant i contreure les espatlles (és necessari el signe de la flexió definida: aquest moviment és poc habitual)

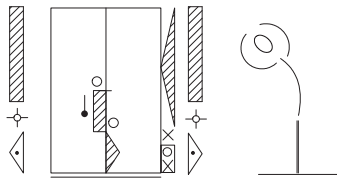


Figura 169. Inclinar el cos de costat, els braços emmarquen el cap, contreure el costat esquerre: és la inclinació natural, n'hi ha prou amb el signe de la flexió simple

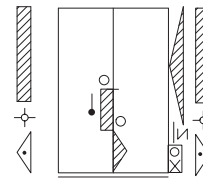


Figura 170. El mateix moviment però estirant el costat dret: formalment l'efecte és el mateix que a la figura 169, però no ho és la sensació. És sempre el context i la intenció del moviment el que imposa l'elecció d'una anàlisi o una altra

174

112. Un moviment d'enroscar-se (moviment que surt de l'extremitat lliure) del tronc és igualment possible en totes les direccions; per això s'utilitza el signe de la flexió especial. S'anul·la amb un signe de retorn a la normalitat o amb un signe d'anul·lació de la flexió/extensió (vegeu «L'amplitud»).

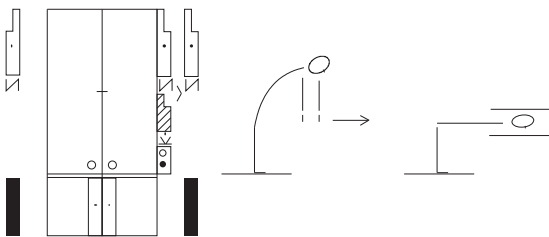


Figura 171. Encorbar el tronc fins a la cintura, i després estirar-lo paral·lelament al terra

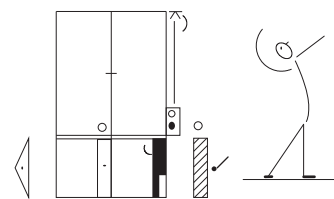


Figura 172. Arquejar les espatlles arrossegant el braç dret

Nota. A la figura 172 és inútil afegir un signe de pausa sobre el gest del braç esquerre, perquè el moviment del tronc no modifica la direcció del braç.

Translació

113. En aquest moviment, la part alta del cos considerada es desplaça perpendicularment a l'eix principal. Ara aquest moviment s'escriu amb un signe igual col·locat a l'interior del signe de direcció que precisa el sentit de la desviació. Una translació

s'anul·la amb el moviment següent, amb un signe de retorn a la normaltat o amb un signe «en el lloc», que indica un retorn a l'estat normal.

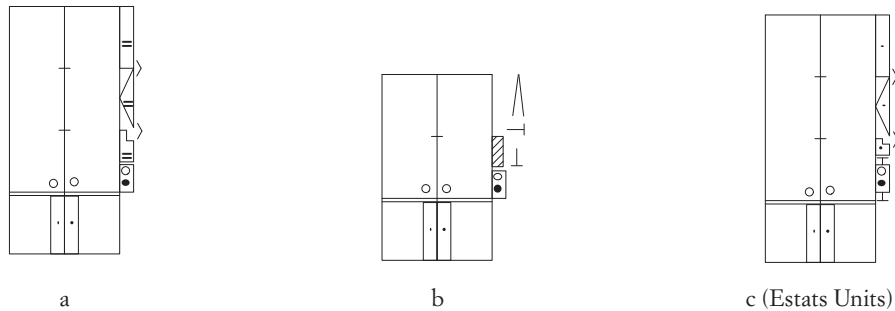


Figura 173. Executar una translació del tronc endavant i després sobre el costat; retornar a la posició del principi

175

Nota. A Europa s'utilitza una altra manera d'escriure la translació: es col·loca un signe de posició apropiat (corresponent al sentit de la desviació, vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «El signe de posició») al costat del signe de direcció. Als EUA, abans de 1977, el signe del cos s'escriu amb un petit signe de trajecte recte.

Inclinacions i rotacions combinades

114. Una inclinació i una rotació poden combinar-se en un moviment del tronc. Aquestes combinacions impliquen situacions diferents que s'acaben en posicions variables malgrat la utilització dels mateixos signes.

Si la rotació segueix o precedeix la inclinació, el cos no s'inclinirà cap al mateix costat, ja que la direcció de la inclinació del tronc es determina a partir del front del bust.

Si la rotació i la inclinació del tronc es fan simultàniament, el moviment pot executar-se de dues maneres.

Una inclinació segueix una rotació o viceversa

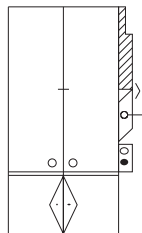


Figura 174. Al principi, peus separats, girar el tronc 1/4 de volta cap a la dreta i inclinar-lo endavant; el cos ha arribat de perfil i amb el pit mira a terra

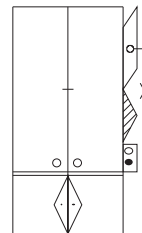


Figura 175. Peus separats, inclinar el tronc de costat a la dreta, i després girar-lo 1/4 de volta cap a la dreta; al final del moviment el cos es troba de perfil amb el pit mirant cap a terra; arribem a la mateixa posició que a l'exemple de la figura 174

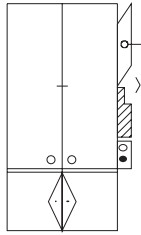


Figura 176. Peus separats, inclinar el tronc endavant i girar-lo 1/4 de volta cap a la dreta; el cos queda inclinat en la direcció dels peus (de front) però el pit mira de costat

Una inclinació i una rotació tenen lloc simultàniament

115. Es presenten dues possibilitats: desplaçament indirecte i desplaçament directe. Si el tronc s'inclina tot girant, el front del bust canvia contínuament, el moviment es desenvolupa en espiral com si el tronc viatgés en una mena de con amb la punta situada enmig de la part inferior de la pelvis. El desplaçament és corbat i indirecte: s'amplia per escombrar l'espai més ampli possible.

En canvi, si gira el tronc i al mateix temps s'inclina seguint el camí més curt, el moviment s'efectua en el mateix pla: el desplaçament és directe. Un signe de pausa en l'espai dins d'un signe de direcció significa que es conserva la direcció del principi en relació amb el front del principi malgrat la rotació: és un moviment anomenat «constant» (vegeu figures 52 i 53).

176

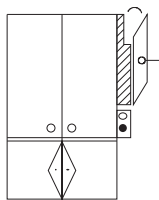


Figura 177. En girar, el tronc s'inclina endavant; al final del moviment el tronc arriba de perfil, el pit mira cap a terra (com a la figura 175)

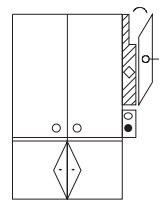


Figura 178. En girar, el tronc s'inclina endavant sense desviar-se del trajecte: el tronc es manté en el pla sagital; al final del moviment, estarà inclinat davant de les cames, però el pit «mirarà» al costat (com a la figura 176)

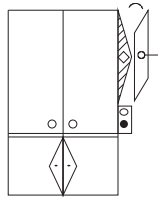


Figura 179. En girar, el tronc s'inclina endavant sense desviar-se del trajecte: aquesta vegada queda en el pla frontal però estarà inclinat de perfil en relació amb l'orientació de les cames, el pit «mirant» cap a terra (com a la figura 175). Sense afegir la pausa en l'espai, el bust estaria inclinat endarrere amb el pit mirant de costat al final de l'espiral

Cas particular

116. El tronc inclinat pot desplaçar-se en un pla horitzontal o oblic: es tracta d'una rotació al voltant de l'eix de gravetat (vertical); el signe de la creu dels eixos normals i una agulla blanca s'inscriuen en el signe de rotació. L'agulla precisa la porció de cercle recorregut. El signe de la creu dels eixos normals recorda que la rotació es fa al voltant de l'eix de gravetat, sigui quina sigui la posició del cos.

177

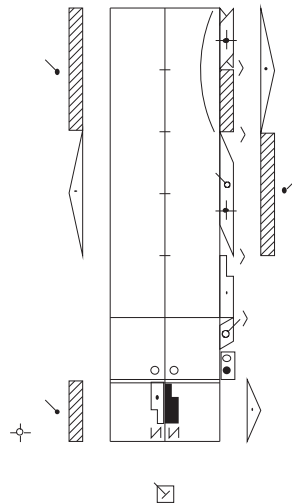


Figura 180. En *grande fente*, girar el tronc cap a la dreta; després inclinar-lo endavant i fer-lo descriure 1/4 de cercle per trobar-se a l'altre costat en la posició oposada; aixecar-se i retornar al front

Nota. En certs textos, els signes de volta amb la creu dels eixos normals de vegades estan reemplaçats per un signe de trajecte circular col·locat en una de les terceres columnes.

ELS MOVIMENTS DEL TÒRAX I DE LA PELVIS

178

El tòrax

117. Les regles d'escriptura per als moviments del tòrax, anàlegs als del tronc, són iguals. La cintura pèlvica ha de participar al menys possible en els moviments del tòrax, que comencen sobre la cintura. El cap està inclòs en els moviments del tòrax sempre que no hi hagi una indicació especial.

118. Les inclinacions del tòrax es fan a partir del nivell de la cintura i, en la posició dret, se situen només a nivell alt. Es pot assolir el nivell mitjà o baix només si el cos està inclinat.

119. Una rotació del tòrax provoca una reacció de «cargolar» al nivell de les vèrtebres lumbar; la torsió és més forta en la part superior del tòrax que al nivell de la cintura. Els braços i el cap segueixen la rotació del tòrax; les direccions es defineixen a partir del nou «front» del bust, que és secundari en relació amb el front principal.

120. Els moviments de flexió/extensió són idèntics als del tronc; la pelvis no participa en aquests moviments.

121. Gràcies a la flexibilitat de la columna vertebral, el tòrax també pot executar translacions. Si el cos està dret, la translació es fa en un pla horitzontal, paral·lel al pla del suport; si el cos està inclinat, la translació s'executa perpendicularment al pla d'inclinació.

122. Les diferents categories de moviments s'anul·len segons les regles aplicades als moviments del tronc. Tanmateix, com que el tòrax forma part del tronc, un moviment d'aquest anul·la automàticament els moviments (de la mateixa categoria) del tòrax, però no al contrari. En cas dubtós, podem anul·lar els moviments del bust amb un

signe de retorn a la normaltat, o a l'inrevés, mantenir-lo amb un signe de pausa en el cos, col·locat sobre la indicació a conservar.

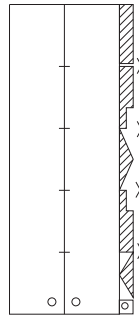


Figura 181. *Tour de buste* (volta del bust). Inclinar el tòrax cap a un costat, cap endavant, cap a l'altre costat, endarrere i després redreçar-lo

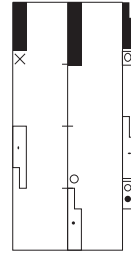


Figura 182. Inclinar el tronc fins a l'horitzontal aixecant la cama esquerra endarrere; deixar caure el bust endavant tornant a portar la cama esquerra sota si mateix

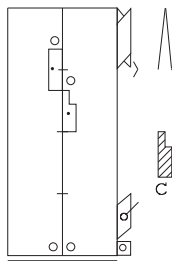


Figura 183. Girar el tòrax i inclinar el cap, que es troba mig de perfil en relació amb el front, però inclinat davant del pit; avançar un pas i després redreçar el cap i tornar al front

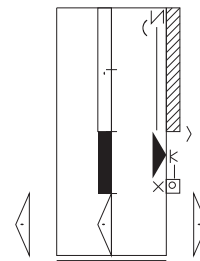
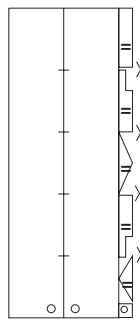


Figura 184. Fer un pas a l'esquerra *en dégageant* la cama dreta doblegada; arquejar el tòrax a la dreta i redreçar-lo estirant les cames



o

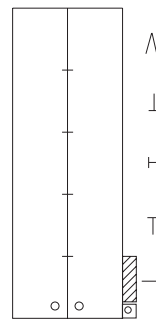



Figura 185. Translació circular del bust desplaçant-lo a l'esquerra, endarrere, a la dreta, endavant i tornar al lloc

Nota. No s'ha de confondre la translació circular amb el tour de buste (vegeu figura 181), que és una successió d'inclinacions.

La pelvis

123. Com que la pelvis no té extremitat lliure, els seus moviments són complexos i de poca amplitud. Tanmateix, pot inclinar-se en diferents direccions; l'alt del bust segueix passivament aquestes inclinacions.

Si volem considerar l'extremitat superior de la pelvis com a punt de referència, utilitzarem el signe de la pelvis invertida:  (vegeu figura 186).

124. La pelvis pot efectuar rotacions en les quals participen la pelvis i les cames, però això no modifica el front principal (vegeu figura 187).

Al contrari, no poden aplicar-se els signes d'amplitud als moviments de la pelvis, però és possible una translació (vegeu figura 188).

180 125. L'anul·lació dels moviments de la pelvis segueix les regles aplicades a les del tòrax. És a dir, un moviment del tronc anul·la un moviment de la pelvis de la mateixa categoria de moviments, però un moviment de la pelvis no anul·la un moviment del tòrax i viceversa.

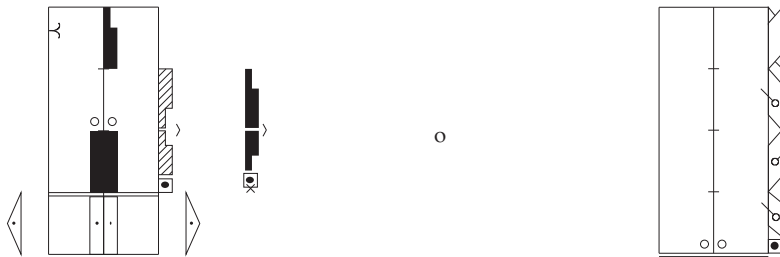


Figura 186. Abans del pas, inclinar la pelvis endavant i endarrere

Figura 187. Girar la pelvis alternativament a la dreta i a l'esquerra

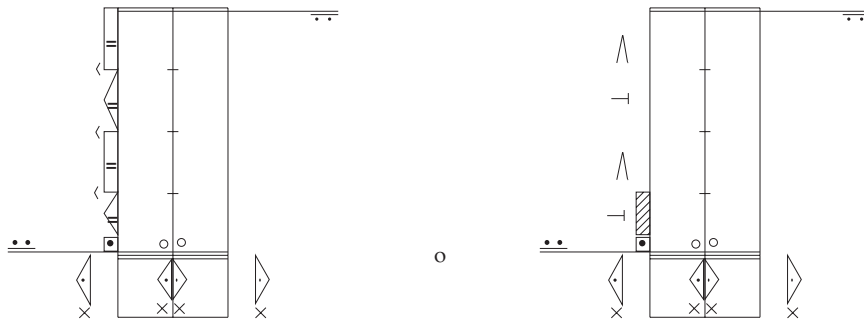


Figura 188. Executar dues petites translacions a l'esquerra i després dues a la dreta

Les parts del tòrax i de la pelvis

126. Entre aquestes parts figura la regió de les espatlles o cintura escapular. Aquesta regió té les mateixes possibilitats que la del tòrax, però amb menys amplitud, ja que el seu punt d'unió se situa només a l'alçada de l'estèrnum. La regió de les espatlles es pot inclinar, girar i executar una translació feble o petites contraccions. Les regles d'escriptura són les mateixes que les del tòrax, del qual forma part; és per això que un moviment de la cintura escapular s'anul·la amb un moviment del tòrax o del tronc.

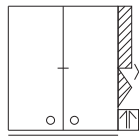


Figura 189. Inclinar la regió de les espatlles cap al costat dret i redreçar-se

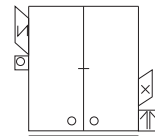


Figura 190. Girar una mica la regió de les espatlles a la dreta i després girar àmpliament el tòrax a l'esquerra

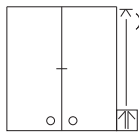


Figura 191. Arquejar lleugerament la part alta del cos

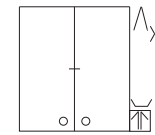


Figura 192. Eixamplar els omòplats i tornar a la posició normal

127. Certes parts del tòrax o de la pelvis poden executar igualment moviments de petita amplitud.

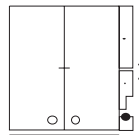


Figura 193. Enfonsar l'abdomen i després relaxar-lo

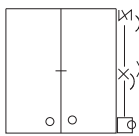


Figura 194. Contreure el costat dret del tòrax i tornar a la posició normal

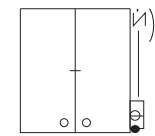


Figura 195. Estirar tant com es pugui la columna vertebral (autoengrandiment)

Nota. Per a aquests moviments, la posició normal és en el lloc, és a dir, el punt d'unió de la part del cos considerada.

128. Els signes del tronc, del tòrax i de la pelvis amb petits traços determinen superfícies. Els signes de superfície serveixen per precisar contactes.

Col·locats a les columnes de les transferències, indiquen quina part del cos suporta el pes del cos (vegeu «Transferències i girs sobre les parts del cos»).

Els signes de superfície i un signe de direcció determinen la direcció cap on mira la part del cos. Aquesta forma d'anàlisi presenta una altra manera d'abordar la descripció i la transcripció d'un moviment.

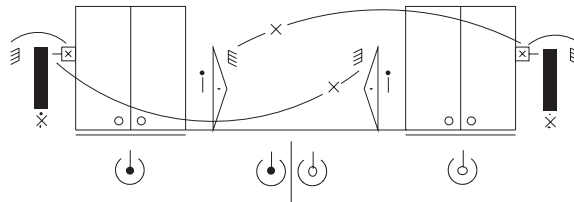


Figura 196. Dos ballarins, l'un al costat de l'altre, s'agafen per la cintura

182

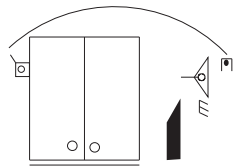


Figura 197. Posar la mà sobre el cor

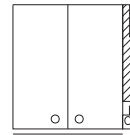


Figura 198. Inclinar el pit

Els moviments de la part alta del cos

129. En cinetografia s'anomenen «moviments de la part alta del cos» el conjunt de les inclinacions, torsions i flexions, simultànies o successives, que són provocades per la flexibilitat de la columna vertebral.

130. Ja hem vist que tot moviment que afecta una part de la columna vertebral podia escriure's de la manera més senzilla, només amb signes de direcció col·locats a les terceres columnes del pentagrama.

En tant que la columna vertebral participa a partir del clatell d'1/3, 2/3 o plenament del moviment, el nivell d'execució serà respectivament alt, mitjà o baix, ja que en posició normal dret, la part alta del cos és de nivell alt, i el punt de referència es troba enmig de l'estèrnum.

Aquesta anàlisi, per més elemental que sembli, permet transcriure el conjunt dels moviments del tronc sense entrar en detalls, quan no és necessari.

El cap no està inclòs en els moviments de la part alta del cos, però sí que ho estan els del tòrax i els de la cintura escapular; els braços en resten independents.

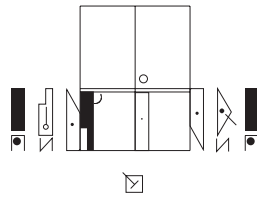


Figura 199. En *arabesque à terre épaulée*: el moviment en oposició anul·la la flexió i només manté la rotació de la regió de les espatlles fins a la cintura



Figura 200. Forta flexió lateral, com per recollir alguna cosa

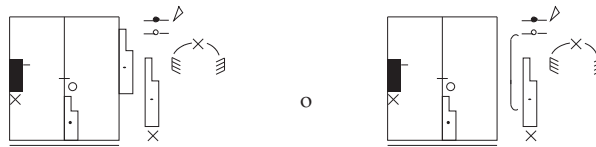


Figura 201. Flexió i torsió només de la part dreta del cos, com per dir «bon dia»

Nota. Quan els moviments de la part alta del cos i del braç segueixen una mateixa direcció, un arc de participació pot reemplaçar els signes de direcció aïllats a les terceres columnes.

ELS MEMBRES

184 131. El conjunt dels signes utilitzats per les diferents parts dels membres comprenen tres grups:

- un per a les cames,
- un per als braços,
- un per a les superfícies i arestes dels peus i de les mans.

Els signes que designen els membres del costat dret (inferior i superior) i les seves parts es col·loquen a la dreta de la línia mitjana del pentagrama.

Els signes que designen els membres del costat esquerre i les seves parts es col·loquen a l'esquerra de la línia mitjana del pentagrama.

Les cames

132. Hi ha un signe per a cada articulació (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «Els signes del cos»).

Per designar regions intermèdies s'afegeixen punts als signes. Els punts es col·loquen:

- a la dreta del signe per designar les parts de la cama dreta,
- a l'esquerra per designar les parts de la cama esquerra.

A sobre d'aquests signes es col·loquen dos petits traços paral·lels, o un sol traç, per designar el segment de sobre de l'articulació.

Els signes secundaris serveixen, en general, per precisar contactes (vegeu-ne una llista exhaustiva a A. KNUST, *Dictionary of Kinetography Laban*).

| | | | |
|---|--------------|---|------------------------------------|
| + | maluc | ‡ | part de sobre el genoll esquerre |
| ‡ | genoll | ‡ | 5è dit del peu dret |
| | | | |
| ‡ | turmell | ‡ | la cuixa (o ‡ ‡) |
| | | | |
| ‡ | peu | ‡ | la cama pròpiament dita (o ‡ ‡) |
| ‡ | dits del peu | | |

Els moviments de les parts de les cames

133. Ja sabem que un moviment de tota la cama s'inscriu a les segones columnes del pentagrama, amb signe de direcció, de rotació o d'amplitud sense afegir els signes del cos. Els moviments de les parts s'indiquen amb un signe de direcció, de rotació o d'amplitud, col·locat sobre el signe de l'articulació que convingui.

185

En cada nou moviment d'una part de la cama, s'ha de repetir o reemplaçar el signe del cos apropiat per un gafet d'analogia.

134. Si alguns moviments de les parts de la cama s'executen simultàniament, els signes del cos, acompanyats dels signes de direcció, de rotació o d'amplitud, es col·loquen un al costat de l'altre, a les columnes subsidiàries i a les segones columnes.

135. Un moviment de tota la cama anul·la els moviments de les seves parts a l'interior de cada categoria (direcció, rotació, flexió/rotació). Un signe de pausa en el cos pot mantenir l'estat adquirit d'una part, en el cas d'un nou moviment d'una altra part de la cama. Una nova indicació o signe de retorn a la normalitat anul·la l'efecte de la pausa.

Una transferència anul·la automàticament els moviments de les parts de les cames.

En direcció

136. Per determinar la direcció d'una part de la cama, es considera la direcció presa per l'extremitat inferior, l'extremitat lliure (distal).

Així:

- un moviment de la cuixa que s'inicia des de l'articulació coxofemoral es defineix per la direcció del genoll (vegeu figura 202),
- un moviment de la part baixa de la cama que s'inicia des de l'articulació del genoll es defineix per la direcció del turmell (vegeu figura 203),
- un moviment del peu que s'inicia des de l'articulació del turmell es defineix per la direcció del peu (vegeu figura 204),
- un moviment dels dits del peu que s'inicia des del naixement dels dits del peu, es defineix per la direcció dels dits del peu (vegeu figura 205).

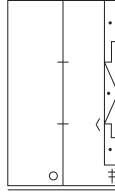
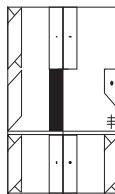


Figura 202. Aixecar la cuixa dreta endavant; la part baixa de la cama penja verticalment (això no cal escriure-ho, ja que és degut a l'atracció de la gravetat). Després, desplaçar només la cuixa a la dreta, la part baixa de la cama segueix passivament; estendre tota la cama endarrere



186

Figura 203. En doblegar la cama esquerra en rotació interna, aixecar la part baixa de la cama dreta en posició obliqua-darrere i tancar, peus tancats (moviments de xarleston). No es mou la cuixa dreta, queda dirigida cap a baix; la rotació cap endins provocada per l'elevació de la part baixa de la cama no s'inscriu, ja que és la conseqüència de la direcció presa

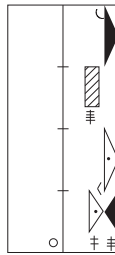


Figura 204. Doblegar la cama dreta: es col·loca necessàriament *en dehors* a causa de les direccions respectives de la cuixa i de la part baixa de la cama; estendre-la cap a la dreta: en aquest cas, només es mou la part baixa de la cama, la cuixa ja es troba en la direcció desitjada. Redreçar el peu cap a la vertical; el signe del peu s'escriu en la columna subsidiària per a més claredat; la cama no es mou. Baixar tota la cama dreta *en pointant* el peu sobre el terra: aquest moviment de tota la cama anul·la els moviments anteriors



Figura 205. Aixecar la cama dreta estirada cap a la dreta, peu a la vertical; deixar caure la part baixa de la cama mantenint l'angle format pel turmell doblegat; estirar novament el genoll retornant el peu a la vertical; tancar en primera posició

Nota. La descripció segmentada dels moviments de les parts de les cames (o dels braços) pot arribar al mateix resultat que la d'una cama (o d'un braç) en flexió/rotació. En l'exemple de la figura 204, el moviment de la cama dreta també podria escriure's així:



Figura 204'

L'elecció apropiada d'una anàlisi o altra depèn completament del context.

En rotació

137. Les articulacions de les cames poden fer rotacions de petita amplitud; per això el grau de rotació rarament es precisa.

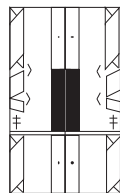


Figura 206. Peus tancats: en doblegar els genolls, girar-los cap a l'esquerra, després cap a la dreta i estirar les cames

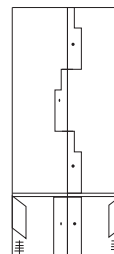


Figura 207. Peus en rotació enfora: la marxa es farà sobre els costats externs dels peus

En flexió/extensió

138. Un signe d'amplitud col·locat a sobre d'un signe d'articulació de la cama provoca l'obertura o el tancament de l'articulació.

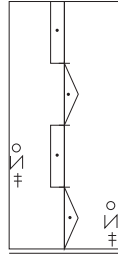


Figura 208. Desplaçar-se de costat, amb els genolls rígids

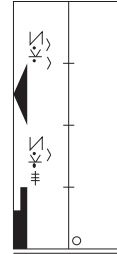


Figura 209. *Dégager* la cama esquerra endavant, doblegar el turmell 90° (peu en flex), després estirar-lo; passar la cama a la segona posició i executar el mateix moviment del turmell

188

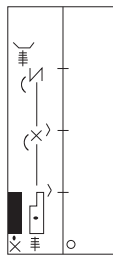


Figura 210. Doblegar la cama esquerra dirigint el peu endavant; contraure l'arc del peu, estirar aquest peu i després obrir els dits del peu

Els moviments dels malucs

139. Els moviments del malucs, que estan articulats amb la pelvis, es limiten a algunes inclinacions i flexions. En la majoria dels casos, els seus moviments se sobreposen als de la pelvis. L'elecció d'una anàlisi o altra depèn del context.

Aquests moviments s'escriuen a les terceres columnes, o bé a les segones, precedits sempre pel signe de la pelvis.

La posició normal dels malucs és en el lloc, ja que els seus moviments se situen al voltant del centre articular.

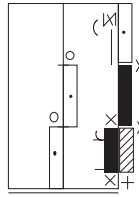


Figura 211. Aixecar el maluc dret, baixarlo i després retornar a la posició normal

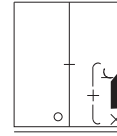


Figura 212. Contornejar-se: el maluc dret participa del gest de la cama dreta

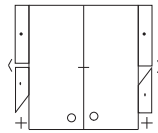


Figura 213. Avançar un maluc portant enrere l'altre; això equival a una petita rotació de la pelvis. Retornar a la posició normal

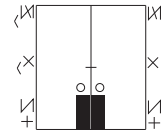


Figura 214. Obrir els malucs, tancar-los, cosa que provoca una lleugera oscil·lació de la pelvis, primer endarrere i després endavant

Els braços

140. Hi ha un signe per a cada articulació (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «Els signes del cos»).

Per designar regions intermèdies s'afegeixen punts als signes.

Els punts es col·loquen:

- a la dreta del signe per designar les parts del braç dret,
- a l'esquerra del signe per designar les parts del braç esquerre.

Sobre els signes es col·loquen dos petits traços paral·lels, o un sol traç, per designar el segment de sobre de l'articulació.

Tots aquests signes secundaris serveixen, la majoria de les vegades, per precisar contactes (vegeu-ne la llista exhaustiva al *Dictionary of Kinetography Laban*, d'A. Knust).

| | | | |
|-----|------------------|----|-----------------------------|
| ↑ | espatlles | ↳ | part baixa del colze dret |
| ↗ ↘ | colzes | ↗̇ | part alta del braç esquerre |
| ≡ ≡ | canells | ≡ | l'anular dret |
| ≡ ≡ | mans | ≡̇ | el polze esquerre |
| ≡ ≡ | dits de les mans | ≡ | l'avantbraç dret (o ≡) |

Els moviments de les parts dels braços

141. Ja sabem que un moviment de tot el braç s'escriu a les quartes columnes del pentagrama, amb un signe de direcció, de rotació o d'amplitud sense afegir signes del cos. Els moviments de les parts dels braços s'indiquen amb un signe de direcció, de rotació o d'amplitud col·locat sobre el signe del cos apropiat. A cada nou moviment d'una part del braç, s'ha de repetir el signe del cos apropiat o reemplaçar per un gafet d'analogia.

142. Si els moviments de les parts del braç s'executen simultàniament, els signes s'inscriuen a les columnes properes a les quartes columnes o a les cinquenes columnes; després vénen els moviments dels canells, després els de la mà, i finalment els dels dits, a les columnes següents.

190 143. Els moviments de les parts dels braços segueixen les mateixes regles que les aplicades a les parts de la cama.

En direcció

144. Es considera la direcció presa per l'extremitat lliure del segment (l'extremitat distal) per determinar la direcció d'una part del braç. Així:

- un moviment de la part alta del braç (el braç pròpiament dit) que s'inicia des de l'articulació de l'espatlla es defineix per la direcció del colze (vegeu figura 215),
- un moviment de l'avantbraç que s'inicia des del colze es defineix per la direcció del canell (vegeu figures 216 i 218),
- un moviment de la mà que s'inicia des del canell es defineix per la direcció de la mà (vegeu figures 217 i 218),
- un moviment dels dits que s'inicia des de l'articulació metacarpiana es defineix per la direcció dels dits.

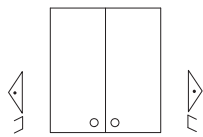


Figura 215. Aixecar els colzes cap al costat (els avantbraços pegen naturalment a causa de l'atracció de la gravetat)

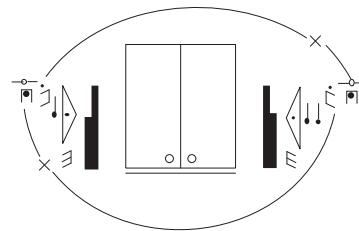


Figura 216. Creuar els braços

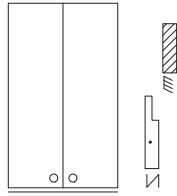


Figura 217. Aixecar el braç dret cap endavant i després aixecar la mà verticalment

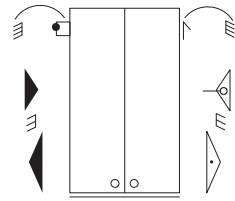


Figura 218. La mà esquerra sobre la pelvis, la mà dreta sobre l'espatlla

En rotació

145. Les parts dels braços poden executar rotacions més fàcilment que les parts de les cames. Un signe de petita o gran amplitud col·locat a l'interior del signe de rotació donarà una indicació aproximada del grau de rotació; sovint aquesta indicació és suficient. Si cal precisar el grau de rotació, és necessari col·locar agulles blanques a l'interior del signe de rotació.



Figura 219. És una constant (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «La rotació»); al llarg de tot el pentagrama, els colzes quedaran en rotació endins, cosa que provoca un lleuger *arrondi* (arrodoniment) del braç; és una referència estilística

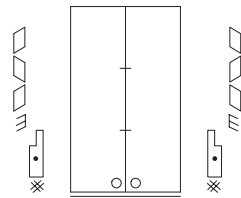


Figura 220. Braços doblegats davant del cos: fer titelles, és a dir, executar ràpides rotacions endins i enfora dels canells (es tracta, efectivament, de rotacions de tot l'avantbraç)

En flexió

146. Els moviments de flexió i d'extensió s'escriuen al mig dels signes de les parts del braç i de la mà, als quals s'afegeixen els signes d'amplitud.

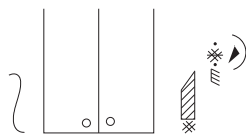


Figura 221. Puny dret tancat, amb una gran tensió

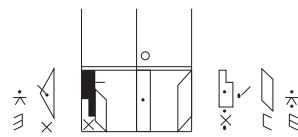


Figura 222. Posició dels braços en l'estil romàntic: braços en tercera posició mitjana, mans aixecades a causa del trencament dels canells

Nota. Els moviments específics de les mans i dels dits s'estudiaran ulteriorment amb més detalls.

Els moviments de les espatlles

147. Els moviments de les espatlles considerats independentment dels moviments de la cintura escapular comporten, malgrat tot, una lleugera reacció a la part alta del bust; tanmateix, la mobilitat de les espatlles permet diferents moviments de direcció i de rotació. Com per als malucs, la posició normal de les espatlles es representa amb els signes en el lloc, ja que es mouen al voltant del seu centre articular.

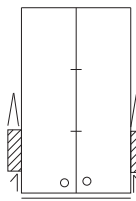


Figura 223. Encongir-se d'espatlles

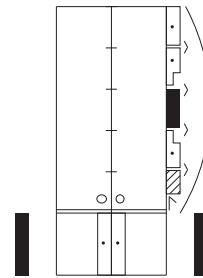


Figura 224. *Tour d'épaule* (gir d'espatlla): aixecar l'espatlla dreta, moure-la endavant, baixar-la, moure-la endarrere i després retornar a la posició normal

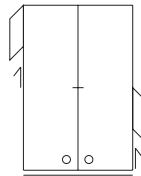


Figura 225. Rotació d'una espatlla cap endins, després l'altra (aquesta rotació té com a resultat encorbar-se lleugerament per la part alta del bust)

Les superfícies i els caires del peu i de la mà

148. El signe base de la superfície (de la mà i del peu) es representa així: □
L'addició del signe de la mà o del peu permet diferenciar-los:

☞ superfícies de la mà

☞ caire intern de la mà o del peu esquerre

☞ superfícies del peu

☞ caire exterior de la mà o del peu esquerre

☞ dors de la mà o part superior del peu

☞ caire intern del polze de la mà dreta

☞ palma o planta del peu

☞ caire exterior del costat del dit xic de la mà dreta

☞ aresta de l'extremitat dels dits (mà o peu)

149. Aquests signes obeeixen a la noció de direcció: el signe de direcció, col·locat a sobre d'un signe de superfície, indica la direcció a la qual aquesta part del cos fa «front».

Les direccions provoquen rotacions i/o flexions que no s'escriuen.

Les indicacions de «direcció» tenen l'avantatge de donar un missatge més evident que les de rotació o de flexió. L'elecció d'una manera d'escriure o altra depèn de la intenció de cada moviment.

La indicació de «direcció» és vàlida fins a un canvi de «direcció» o fins a l'anul·lació.

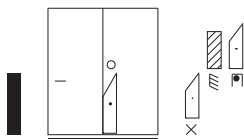


Figura 226. «Pareu!»: el canell dret fa una lleugera rotació, a més d'una flexió, per tal que la palma «miri» en oblic

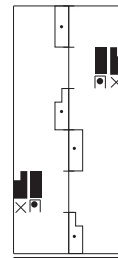


Figura 227. Saltar amb les plantes dels peus mirant cap al terra

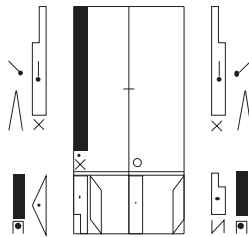


Figura 228. En *arabesque*, palmes cap a terra; després acostar els braços en primera posició (durant la reducció de la cama esquerra), les mans tornen a la posició normal

150. Els signes de superfície col·locats en un arc d'unió vertical (vegeu «Els arcs verticals d'unió») defineixen conduccions. En efecte, en executar un gest, el podem guiar a partir d'una part del cos: és el que expressen aquests signes del cos col·locats en els arcs d'unió. No s'escriuen les petites rotacions i flexions que resulten de les conduccions.

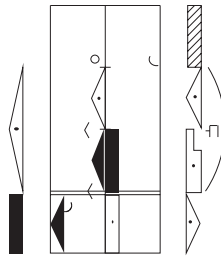


Figura 229. El braç dret traça un semicercle horitzontal, guiant el gest pel caire intern de la mà. La rotació interna de l'avantbraç (no precisada aquí) provocada per aquest moviment s'anul·la durant l'elevació del braç, al final de l'arc

194

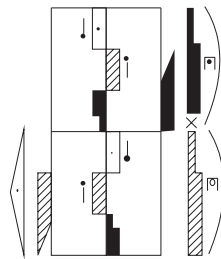


Figura 230. Executar dos petits *pas de valse* aixecant i abaixant el braç dret. En el moment de l'elevació del braç, el moviment està guiat pel dors de la mà: el canell es trenca lleugerament, quan s'abaixa el braç, la palma «guia» el moviment, com si acariciés l'aire. (S'han de notar els moviments de la part alta del cos.)

EL CAP

151. El cap es representa amb el signe \odot , que es col·loca sempre a l'exterior del pentagrama, a la dreta. 195

152. Per determinar-ne les parts, es divideix en tres regions: alta, mitja i baixa. Cada una de les regions es designen per la inserció, en el signe del cap, d'un signe de posició (de nivell alt, mitjà o baix) que defineix cada part de cada regió.

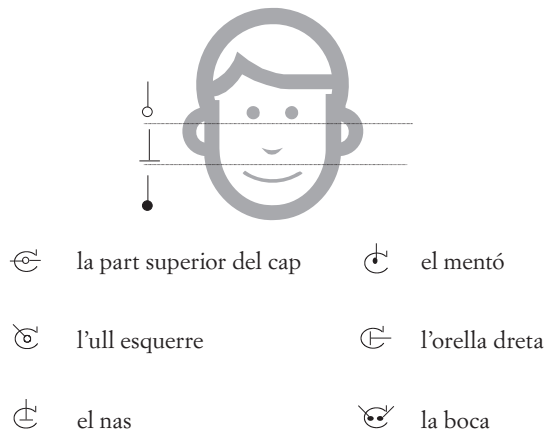


Figura 231. Exemples

(Vegeu-ne una llista exhaustiva en el *Dictionary of Kinetography Laban*, d'A. Knust.)

153. Els diferents plans o superfícies del cap (el més utilitzat és el rostre) es representen pel signe del cap col·locat en un quadrat; un petit traç determina la superfície considerada. Com tots els signes de superfície, obeeixen a la noció de «direcció».



Figura 232. Exemples

Els moviments del cap

154. El cap pot inclinar-se, girar, fer translacions, però no pot executar una «flexió» (en el sentit «cinetogràfic» de la paraula).

Algunes parts del cap també poden moure's; d'altres permeten solament contactes. Aquests moviments més complexos s'estudiaran ulteriorment.

En direcció

155. En posició normal, el cap és de nivell alt: el pla de nivell mitjà paral·lel al terra passa per les vèrtebres cervicals. De la flexibilitat del coll depèn l'amplitud dels moviments que el cap pot fer. Estant el cos en posició vertical, les inclinacions del cap arriben rarament al nivell mitjà; es troben inclinacions de nivell baix quan el cos està inclinat o ajagut.

196

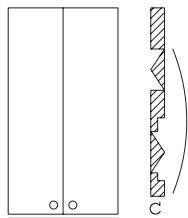


Figura 233. *Tour de tête*: inclinar el cap endavant, a un costat, endarrere, a l'altre costat i retornar a la posició vertical

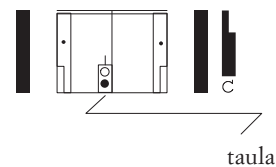


Figura 234. Ajagut damunt d'una taula, deixar penjar el cap

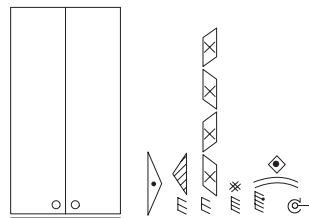


Figura 235. Dit índex en el temporal, moviment que indica: «està boig!»

En rotació

156. El cap pot girar sobre el seu eix a la dreta i a l'esquerra; l'amplitud d'aquesta rotació és limitada.

Si cal precisar-ne el grau, es representa amb una agulla blanca a l'interior del signe de volta, però un signe de petita amplitud o gran amplitud pot reemplaçar l'agulla blanca. Les rotacions s'anul·len amb una altra indicació de rotació del cap o amb un retorn a la normalitat (falta de rotació).

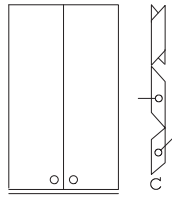


Figura 236. Girar el cap 1/8 de volta a la dreta: el rostre és a mig perfil; després 1/4 de volta a l'esquerra, el rostre es presenta aleshores de l'altre perfil; després retornar de cara

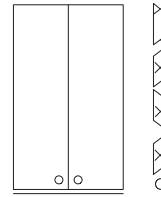


Figura 237. Petites rotacions del cap com per dir: «no, no» Rotacions a un costat i l'altre i retornar de front

157. El cap segueix els moviments del tronc o del bust; en canvi les rotacions pròpies del cap són independents de les rotacions del tronc o del bust.

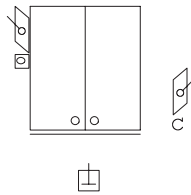


Figura 238. Girar el cap 1/8 de volta a la dreta i després girar el bust 1/8 de volta cap a l'esquerra: al final de la rotació del bust, el cap es trobarà sempre orientat 1/8 de volta sobre el seu eix, però el rostre mirarà cap endavant

158. Sovint, les inclinacions i les rotacions del cap s'associen simultàniament o successivament. Per regla general, quan gira el cap o bé s'inclina, el front de referència és el del bust, sigui quina sigui la seva posició.

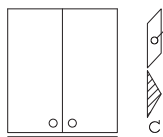


Figura 239. Inclinat el cap de costat i després girar-lo

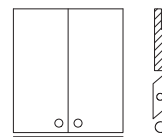


Figura 240. Girar el cap i inclinar-lo endavant; s'inclina cap al front del bust i, en aquest cas, en oblic-esquerra en relació amb l'extremitat del nas

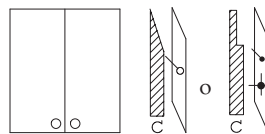
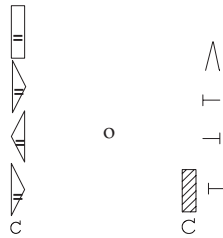


Figura 241. Inclinat el cap girant-lo: picar de nas girant el cap (vegeu figura 180).

En translació

159. Gràcies a la flexibilitat del coll, el cap pot fer diverses translacions, és a dir, un desplaçament del segment perpendicular al seu eix longitudinal (vegeu figures 173, 185 i 188).



198

Figura 242. Desplaçar lateralment el cap a la dreta, després de la dreta a l'esquerra i després de l'esquerra a la dreta, per retornar a la posició inicial

Les superfícies del cap

160. El signe de la cara més utilitzat, com els altres signes de superfície, va acompanyat d'un signe de direcció, per precisar cap a quina direcció «mira» aquesta part del cap.



Figura 243. Mirar cap al terra (en oblic): el cap està inclinat i girat



Figura 244. Mirar cap al cel: el cap està inclinat endarrere

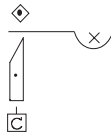


Figura 245. Seguir algú amb la mirada: el signe de direcció està fixat sobre la persona mirada (x) per un signe de pausa en el lloc, que s'anul·larà amb un signe de supressió del contacte

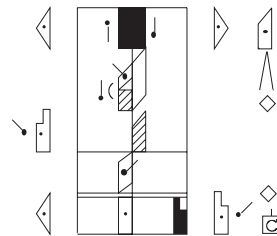


Figura 246. Tour soutenu: durant aquest gir sobre els dos peus, el rostre mira un punt fix, que es manté, tant com sigui possible, per tornar-lo a adoptar (es tracta del moviment especial del cap en les voltes del ballet clàssic)

161. Un moviment del cap es considera independentment dels moviments de «direcció» del rostre. Cada indicació ha d'anul·lar-se independentment. Tanmateix, en certs casos, l'anul·lació d'una indicació o altra és automàtica segons el context i no s'ha d'escriure.

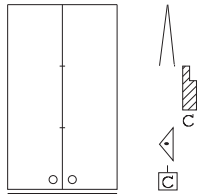


Figura 247. Mirar a l'esquerra i després inclinar el cap endavant (del costat del front del bust). Aquesta segona indicació no anul·la l'orientació del rostre. Després anul·lar l'orientació del rostre: el cap ja no estarà girat, només inclinat

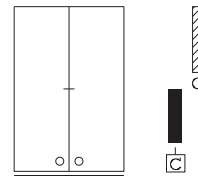


Figura 248. Mirar cap a terra i després inclinar endarrere: és evident que la segona indicació anul·la la primera

LA NOCIÓ DEL CENTRE DE GRAVETAT

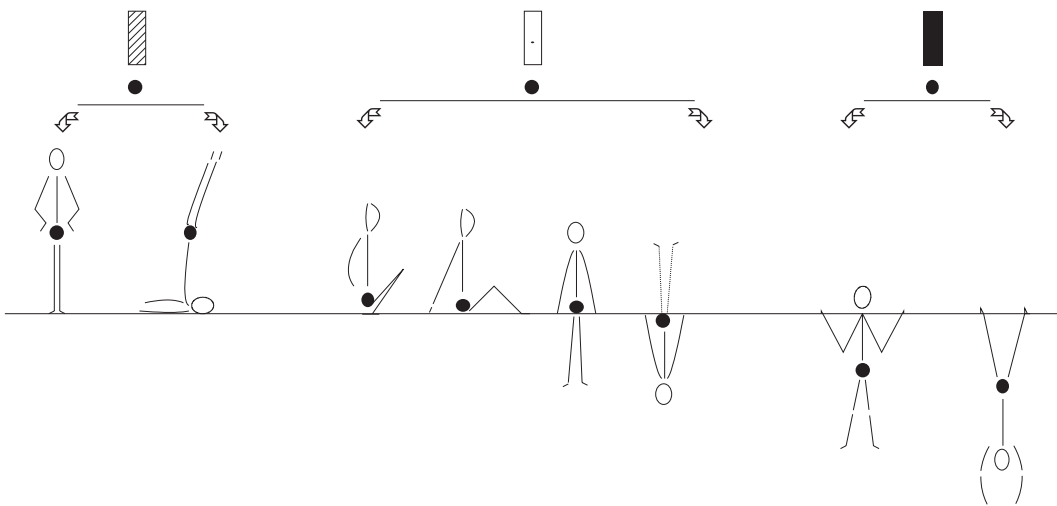
200 162. El centre de gravetat, noció abstracta, representa el punt d'encontre de les forces que operen sobre el cos per mantenir-lo en equilibri, amb la condició que la projecció d'aquest punt es trobi en el polígon de sustentació (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «El centre de gravetat»).

El punt es representa amb el signe: ●

Quan una persona està dreta, se situa aproximadament al mig de la línia que uneix el cap amb els peus, és a dir, al nivell de la cinquena vèrtebra lumbar o de la primera vèrtebra sacra.

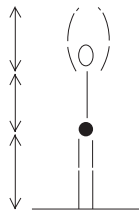
163. En cinetografia, la situació del centre de gravetat es considera sempre a partir del pla del suport i els moviments estudiats no són més que variacions de situació en relació amb aquest pla. En general, és el terra, però també pot ser una cadira, una taula o qualsevol altre objecte que porti o suporti el personatge.

164. Els tres nivells, alt, mitjà i baix, corresponen a la situació del centre de gravetat per sobre del pla de suport o bé per sota d'aquest pla.



165. El cos humà, en la posició dret, amb els braços estesos cap amunt, es pot dividir en tres parts aproximadament iguals. Gràcies a aquests tres segments que determinen longituds mitjanes, es precisa a quina distància del pla de suport es troba el centre de gravetat en diverses situacions.

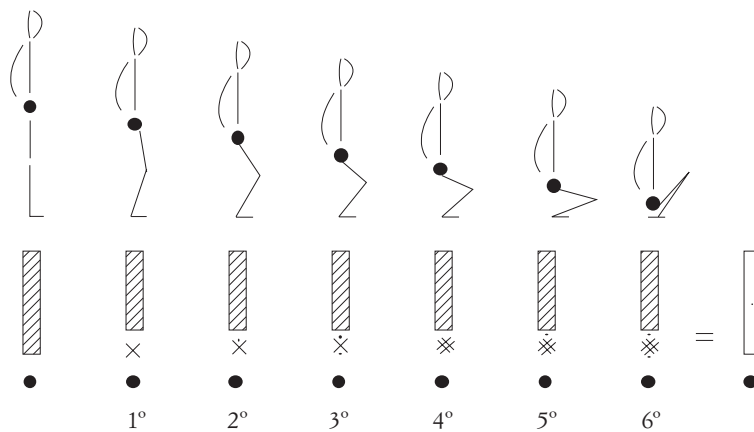
Els tres segments, sensiblement idèntics, s'utilitzen com a «unitat de longitud» per determinar la situació del nivell del centre de gravetat. Aquesta «unitat» depèn de l'alçada i, per tant, varia d'un individu a un altre.



166. Segons si la distància entre dos nivells disminueix o augmenta, els signes d'amplitud col·locats entre el signe del centre de gravetat i el signe de direcció indiquen els canvis de situació.

Per exemple, d'una posició de dret fins a la posició a la gatxoneta es defineixen graus de baixada corresponents als sis graus de flexió ja estudiats.

Així, el nivell «baix» de la transferència se situa entre el segon i tercer grau segons les persones. El sisè grau correspon al límit extrem de la baixada, és a dir, a la posició a la gatxoneta.



Aplicacions del signe del centre de gravetat

En equilibri

167. En un principi, cada vegada que l'equilibri està en joc es necessita una indicació del centre de gravetat; però a cada pas, a cada salt, la situació del centre de gravetat canvia lleugerament: per convenció (se sobreentén).

Quan els canvis de situació succeeixen en l'eix vertical, l'equilibri pot mantenir-se, però es torna precari: es necessita una indicació del centre de gravetat.

202

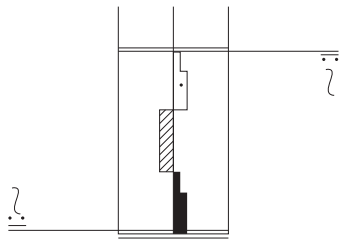


Figura 249. Marxa en diferents nivells, la situació del centre de gravetat canvia a cada pas (se sobreentén)

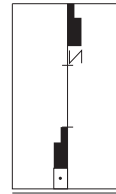


Figura 250. Un gran salt endavant: durant la suspensió, el centre de gravetat surt del cos. Normalment no es precisa

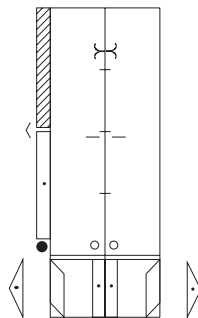


Figura 251. *Grand plié* en primera posició oberta; la situació del centre de gravetat s'acosta, tant com és possible, al pla de suport; això s'ha de precisar, ja que les variacions són possibles

Nota. En tots els salts, no s'inscriu el trencament de l'equilibri compensat per l'impuls.

En desequilibri

168. Quan el punt de projecció del centre de gravetat surt del polígon de sustentació, es trenca l'equilibri. Es poden considerar tres casos:

- l'equilibri límit,
- la pèrdua d'equilibri,
- la caiguda.

L'equilibri límit

169. S'arriba en aquest estat quan el pes del cos se situa sobre les extremitats del punt de suport. En resulta un equilibri vacil·lant provocat per un petit desplaçament del centre de gravetat. Aquest desplaçament, com tots els moviments de petita amplitud, s'escriu amb agulles aïllades (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «Els signes de posició»). La durada d'aquest moviment es representa per un traç d'acció unit a una agulla, o per un signe de creixement en el qual està col·locada l'agulla adequada. Un signe de retorn a la normalitat indica la recuperació de l'equilibri.

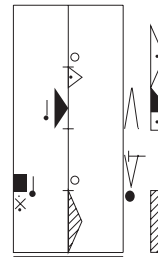
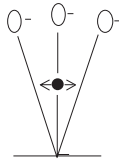
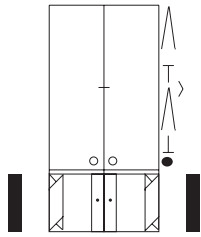


Figura 252. A l'inici, en primera posició paral·lela, desplaçar el pes del cos sobre els dits del peu i després sobre els talons; tornar cada vegada a la vertical

Figura 253. Piquer amb el peu dret sobre el costat iniciant una caiguda; recobrar l'equilibri amb el pas creuat del peu esquerre

203

La pèrdua de l'equilibri

170. En aquest cas, el punt de projecció del centre de gravetat surt del polígon de sustentació. El cos és en desequilibri: es trenca l'equilibri però es pot recuperar amb un moviment en la mateixa direcció, que el «recupera», o amb un obstacle suport.

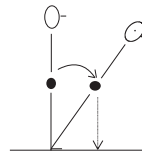
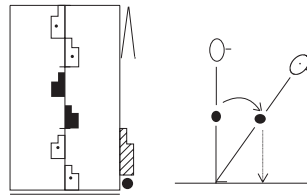


Figura 254. Córrer, perdre l'equilibri i recuperar-se

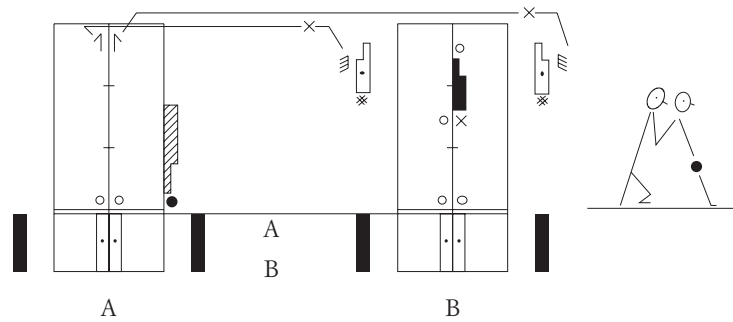


Figura 255. A cau endarrere i queda suportat per B

La caiguda

171. Si la pèrdua d'equilibri és completa, es produeix una caiguda. La situació del centre de gravetat baixa al nivell del suport (o encara més baix).

204

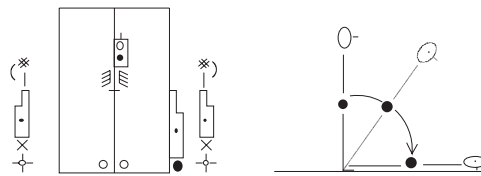


Figura 256. Caure de bocaterrosa

Altres situacions

172. Per eliminar l'elevació o la baixada del centre de gravetat durant un desplaçament o per mantenir-ne l'alçada en el pas d'una posició (d'assegut o agenollat, per exemple) a una altra, es col·loca un signe de pausa en el cos a sobre el signe del centre de gravetat. Aquesta pausa s'anul·la amb un signe de retorn a la normalitat.

El signe del centre de gravetat també pot estar col·locat en un arc vertical per indicar que el pes (del cos) condueix el moviment.

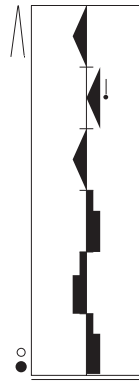


Figura 257. Desplaçar-se endavant i sobre el costat, rigorosament al mateix nivell

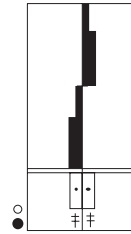


Figura 258. Fer dos passos a partir d'una posició d'agenollat (no s'alça)



Figura 259. Cada pas està arrossegat pel pes del cos; el personatge titubeja

TERCERA PART: TRANSFERÈNCIES I GIRS SOBRE LES PARTS DEL COS

Les transferències sobre les diferents parts del cos impliquen tots els suports del cos possibles, diferents dels peus. Agenollar-se, asseure's, estirar-se a terra representen les accions més comunes durant les quals el cos es recolza sobre altres parts del cos diferents dels peus. És igualment possible recolzar-se sobre els colzes, les mans, el cap.

207

Els capítols següents tracten aquestes accions de manera senzilla a fi d'evitar les dificultats inherents a les transcripcions de situacions sovint complexes, que seran abordades en el tercer cicle.*

* L'autora es refereix a una publicació en curs (N. del t.).

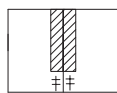
AGENOLLAR-SE

208 173. Els signes dels genolls es col·loquen en les columnes de la transferència del pes i són completats pels signes de direcció corresponents. A cada nova transferència, el signe del genoll ha de ser repetit o reemplaçat per un gafet d'analogia. El signe del genoll forma part del signe de direcció: el conjunt determina la durada del moviment a realitzar.

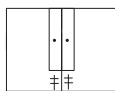
Els nivells d'execució

174. Les tres maneres d'agenollar-se estan representades pels tres nivells: alt, mitjà i baix:

- el nivell alt representa la posició més alta d'agenollar-se: les cuixes estan verticals,
- el nivell baix representa la posició més baixa d'agenollar-se: assegut sobre els talons,
- el nivell mitjà se situa entre aquests dos extrems: les cuixes estan obliqües.



nivell alt



nivell mitjà



nivell baix

El descens de la situació del centre de gravetat no és necessari que sigui precisat, ja que és inherent a l'agenollament (serà el mateix per asseure's i per ajeure's).

La variació de la situació del centre de gravetat només s'ha de determinar si prèviament intervé una flexió independent (d'agenollar-se).

Els moviments

175. La direcció de l'agenollament s'indica amb el signe de direcció, i l'alternança de les transferències s'anota com els passos (vegeu «Les transferències»). És a partir dels (o del) punts de recolzament dels (o del) genolls que es mesura la llargada del desplaçament i se'n defineix la direcció. La llargada dels signes indica la durada del moviment necessari per agenollar-se (vegeu la nota). Els moviments de la part baixa de la cama o els moviments compensatoris del tronc s'inscriuen només si el context ho requereix.

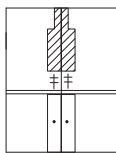


Figura 260. D'una posició dret, peus junts, agenollar-se, genolls tancats

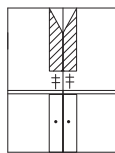


Figura 261. D'una posició dret, peus junts, agenollar-se, genolls separats

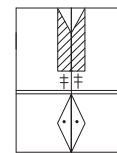


Figura 262. D'una posició dret, peus separats (segona posició), agenollar-se, genolls separats

209

Inversament, el retorn a la posició vertical a partir d'una posició de genolls segueix les mateixes regles. Si generalment en agenollar-se el cos avança, en aixecar-se recula: el punt de referència del desplaçament endarrere és el punt de suport dels genolls.

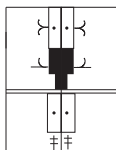


Figura 263. Estant de genolls, aixecar-se (passant necessàriament per la posició a la gatzoneta)

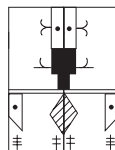


Figura 264. Estant de genolls, molt separats i les puntes dels peus juntes, aixecar-se, peus junts

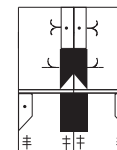


Figura 265. Estant de genolls, quasi assegut, els peus molt separats, aixecar-se (s'arriba a la segona posició)

Nota. Contràriament a un pas en què la transferència del pes s'efectua progressivament durant tot el signe de direcció, en agenollar-se (o en una transferència a la posició d'assegut) la transferència del pes s'efectua instantàniament i només al final del signe de direcció.

176. Cada nova transferència de genolls allibera la precedent (com per als passos) (vegeu figura 266).

Un espai buit en les columnes de la transferència indica un salt (vegeu figura 268).

El manteniment del contacte amb el terra d'un genoll o l'altre es representa amb un signe de retenció (vegeu figura 266).

Un signe de direcció sol (sense gafet d'analogia) significa un retorn a la posició de dret (vegeu figures 267 i 268).

177. Si estant de genolls s'executa un pas sobre un peu al mateix nivell de l'agenollament, s'afegirà en una de les terceres columnes el signe de gravetat amb un signe de pausa en el cos a sobre, a fi de precisar l'estabilitat de la situació del centre de gravetat (vegeu figura 268).

210

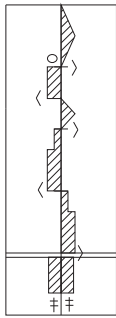


Figura 266. Caminar sobre els genolls

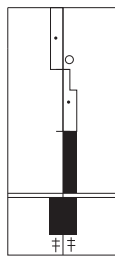


Figura 267. D'una posició de genolls, aixecar-se efectuant un pas endavant força baix

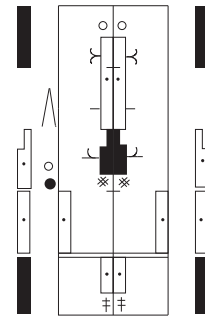


Figura 268. Estant de genolls en un nivell, saltar, caure a la gatzoneta i aixecar-se

178. Quan, estant de genolls, una part del pes reposa sobre una part determinada del peu, els signes de recolzament poden aparèixer lligats als signes de direcció (vegeu figura 269).

Els moviments específics de la part baixa de la cama estan inscrits a les segones columnes (vegeu figura 270). Si en resulta un moviment lliscat sobre el terra, s'hi afegeixen dos arcs petits.

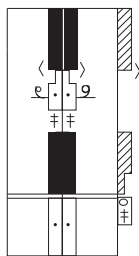


Figura 269. De genolls, conservant el recolzament sobre els dits del peu al terra (aquests passen a estar en extensió) i després asseure's sobre els talons (els dits dels peus s'estenen, ja que els signes de recolzament no es repeteixen)

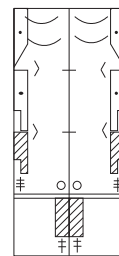


Figura 270. De genolls, aixecar la part baixa de les cames, retornar a la posició de principi i després separar els genolls lliscant les cames per terra

Nota. Aquests petits arcs deriven del signe de contacte i representen un recolzament indeterminat d'una part de la cama sobre el suport; s'usen com els signes de recolzament (vegeu «Els recolzaments del peu»).

179. Si intervé un canvi de nivell en l'agenollament durant una successió de transferències de genolls, es pot substituir la precisió del nivell de cada «pas» per una indicació global de variació de la situació del centre de gravetat, més una indicació del trajecte, i inscriure en les columnes de transferència només els signes dels genolls.

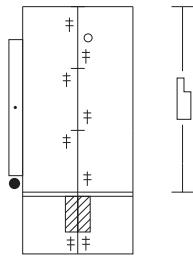


Figura 271. Avançar de genolls seient sobre els talons; es passa d'un nivell alt a un nivell baix de l'agenollament en sis recolzaments successius

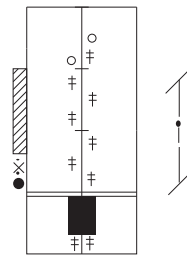


Figura 272. Assegut sobre els talons, trepitjar sobre els genolls executant mig cercle i acabar en una posició alta de genolls

Transferències mixtes (recolzament sobre un genoll i un peu)

180. Ens podem agenollar conservant una part del pes del cos sobre un peu o, després d'agenollar-nos, el pes pot repartir-se sobre un genoll i un peu. La necessària flexió de la cama en recolzament no té cap necessitat de ser precisada.

El punt de referència per a tota nova transferència a partir d'una posició de genolls és el punt de contacte del genoll amb el terra, malgrat la variació de la distribució del peu sobre la part baixa de la cama del genoll en recolzament durant les modificacions del nivell.

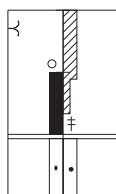


Figura 273. Posar un genoll a terra reculant

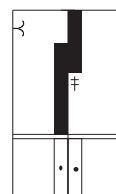


Figura 274. Posar el genoll dret al costat esquerre i asseure's sobre el taló

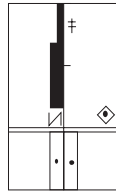


Figura 275. Fer un gran pas endavant i posar el genoll *pret* a terra. El pes queda repartit sobre els dos punts de recolzament

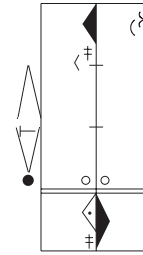


Figura 276. Sobre un genoll i un peu separats lateralment, desplaçar el pes cap a la dreta, retornar a la posició inicial i després assegurar-se sobre el taló esquerre

Nota. Si cal, es disposa de mitjans més precisos per donar una descripció exacta d'aquests factors.

212

Voltes sobre els genolls

181. Es pot voltar sobre un genoll o sobre tots dos. El signe de volta ha d'estar sobre el signe de genoll, situat a les columnes de les transferències, com per a totes les voltes del cos sencer.

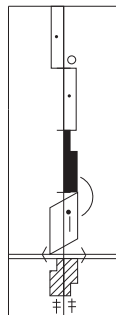


Figura 277. De genolls en quarta posició, pivotar mitja volta i aixecar-se

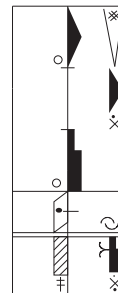


Figura 278. Sobre un genoll, pivotar un quart de volta, avançar el cos endavant, després cap al costat, la cama dreta molt flexionada

ASSEURE'S

182. Els signes dels malucs col·locats a les columnes de la transferència del pes indiquen una posició d'assegut.

213

En les situacions d'assegut (posicions d'inici, entre d'altres), els signes dels malucs poden aparèixer aïllats a les columnes de la transferència del pes; les direccions de les cames inscrites en les columnes dels gestos precisen la naturalesa de la posició presa.

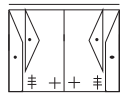


Figura 279. Assegut a terra, amb les cames creuades

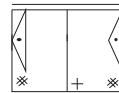


Figura 280. Assegut a terra, sobre el costat

Els moviments

183. Asseure's s'inscriu amb l'ajuda dels signes de direcció col·locats sobre els signes dels malucs a les columnes de la transferència del pes. A cada nova transferència, el signe del maluc és repetit o, eventualment, reemplaçat per un gafet d'analogia. La llargada dels signes indiquen la durada del moviment (vegeu la nota del paràgraf 175). Els signes de pausa s'inscriuen com a mesura de seguretat, ja que el salt des d'una posició d'assegut és poc practicada.

184. Un signe d'amplitud pot aparèixer freqüentment entre el signe del maluc i el signe de direcció: representa la distància entre els dos punts de suport (el precedent i el nou) i correspon a un grau de flexió de les cames. En aquest cas les direccions de les cames no cal que siguin precisades, perquè es dedueixen de l'acció principal.

Com per a l'agenollament, la baixada del centre de gravetat se sobreentén (ja que és evident) i s'inscriu només quan hi ha moviments precisos precedint el d'asseure's.

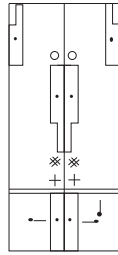


Figura 281. Estant dret amb els peus creuats, asseure's a terra i després desplegar les cames davant de si mateix

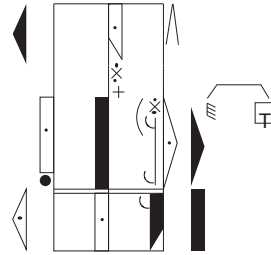


Figura 282. Fer lliscar la cama dreta, creuada darrere, i després plegar-la fins a arribar a seure sobre el maluc dret

Els nivells d'execució

214

185. Els nivells d'execució són determinats respecte a la inclinació del pla de suport representat pel pla imaginari (o real) que passa pels malucs i els peus.

Si els malucs reposen per sobre del pla de suport dels peus, el nivell de la posició d'assegut és alt (vegeu figures 283 i 284).

Si els malucs estan al mateix nivell que els peus de suport, el nivell és mitjà, com en totes les posicions d'assegut a terra (vegeu figures 281 i 282).

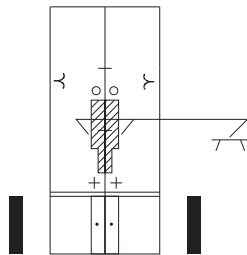


Figura 283. Asseure's sobre el caire d'una taula

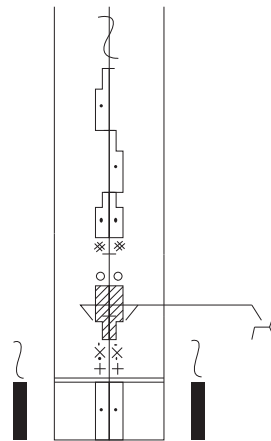


Figura 284. Asseure's sobre una cadira, aixecar-se i marxar

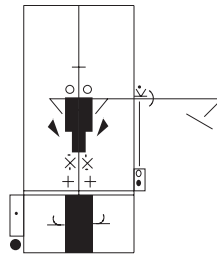


Figura 285. Des d'una posició a la gatzoneta, caure endarrere sobre una planxa inclinada

Transferències mixtes

186. La distància entre dues posicions, l'una dreta i l'altra asseguda, depèn de la flexió de les cames i s'inscriu ajuntant signes d'amplitud (vegeu figures 281 a 285). Contràriament, la distància entre dues posicions quan una és de genolls i l'altra d'assegut és invariable, ja que aquesta correspon a la llargada de la cuixa; s'inscriu simplement amb l'ajut dels signes del cos i dels signes de direcció o, de vegades, amb l'ajut dels signes del cos aïllats, i representa el suport resultant, si els moviments d'ajust són més importants que la presa de recolzament.

215

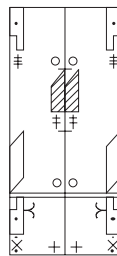


Figura 286. Assegut a terra, les cames replegades davant de si mateix; baixar els genolls sobre el costat dret (rotació de les cuixes) i aixecar-se sobre els genolls

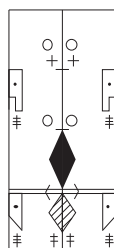


Figura 287. De genolls en segona posició (genolls separats), asseure's sobre els talons; separar la part baixa de las cames i asseure's a terra (entre els genolls)

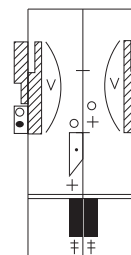


Figura 288. Asseure's sobre els talons; lliscar sobre el maluc esquerre per asseure's a terra, desplegar les cames davant de si mateix (equilibri sobre el gluti esquerre)

Voltes sobre una posició d'assegut

187. Un gir en la posició d'assegut s'efectua al voltant d'un eix vertical. Es representa amb un signe de volta col·locat a sobre del signe dels malucs, a les columnes de la transferència del pes.

216

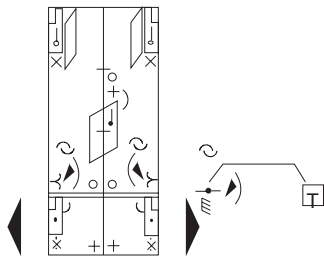


Figura 289. Assegut, cames plegades i peus estirats davant de si mateix; fer una volta completa sobre les natges i arribar sobre la natja dreta; l'impuls del gir és donat per una pressió brusca dels peus i de la mà dreta sobre el terra

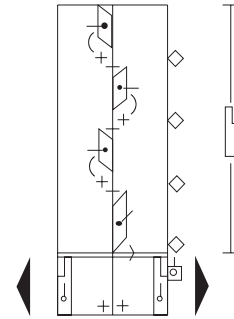
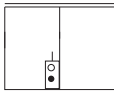


Figura 290. Assegut, cames lleugerament aixecades davant de si mateix; avançar sobre els malucs fent rotacions alternades i successives (la part del davant del bust no gira)

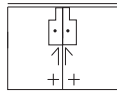
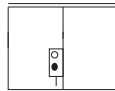
AJEURE'S

188. Per indicar la posició d'ajeure's, es col·loca en una de les columnes de la transferència el signe del tronc amb el traç de superfícies en una de les columnes de transferència per precisar que el tronc descansa sobre la cara anterior, posterior o sobre els costats,

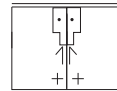
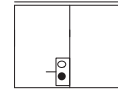
217

**Figura 291**

Ajeure's de bocaterrosa

**Figura 291'****Figura 292**

Ajeure's sobre l'esquena

**Figura 292'****Figura 293**

Ajeure's sobre el costat esquerre

Nota. En els textos antics, les posicions d'estirar-se a terra estan representades segons les figures 291' i 292'.

189. En la posició d'ajeure's, el front de referència es modifica:

- ajeure's de bocaterrosa: la part alta del crani;
- ajeure's sobre l'esquena: les plantes dels peus;
- ajeure's sobre un costat: no hi ha cap modificació i la cara anterior serveix normalment de front de referència.

Les direccions dels braços i de les cames s'inscriuen en relació amb la creu dels eixos normals: les direccions cap al sostre (o cel) estan sempre en la vertical alta; les direccions cap al terra, en la vertical baixa.

La creu dels eixos corporals permet descriure les direccions dels membres en relació amb l'eix del cos, sigui quina sigui la seva posició.

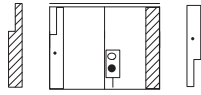


Figura 294. Ajeure's sobre l'esquena; la cama esquerra i el braç dret estirats sobre el terra; la cama dreta i el braç esquerre estan aixecats

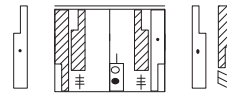


Figura 295. Ajeure's de bocaterrosa, un braç i les dues cames doblegades

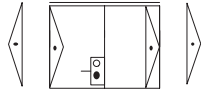


Figura 296. Ajeure's sobre el costat, cames estirades

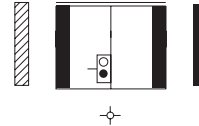


Figura 296'. El mateix exemple escrit segons la creu dels eixos corporals

Els moviments

190. Ajeure's segueix més o menys les mateixes regles que assure's.

Si el pla de suport està inclinat, els nivells varien segons que el cap sigui més alt o més baix que els peus (vegeu «Assure's», paràgraf 185).

El moviment ajeure's es descriu:

- amb el signe del tronc, amb el signe de direcció adequat, col·locat en una de les columnes de transferència: en resulta la posició final de l'acció escrita;
- o amb l'anàlisi dels moviments del cos que es deriven de recolzar el tronc sobre una cara o una altra.

191. Com per a les posicions de genolls i assegut, no es precisa la situació del centre de gravetat, només si un moviment de baixada precedeix el moviment d'estirar-se a terra o bé si es produeix una caiguda.

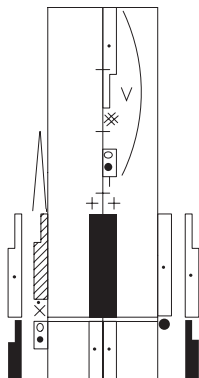


Figura 297. A la gatzoneta i ajagut sobre l'esquena, el tronc roda sobre el terra, les cames resten plegades

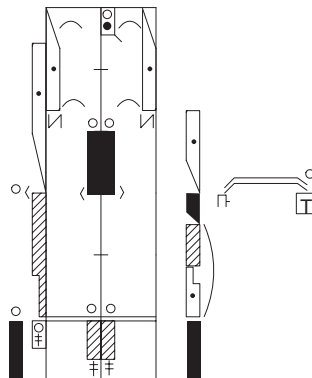


Figura 298. De genolls, inclinar-se endarrere, després lliscar sobre el terra sobre la cara posterior externa del tronc i estirar les cames

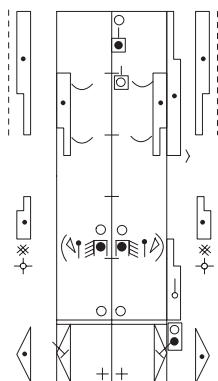


Figura 299. Assegut, cames molt separades; inclinar el tronc endavant i passar sobre el ventre tancant les cames

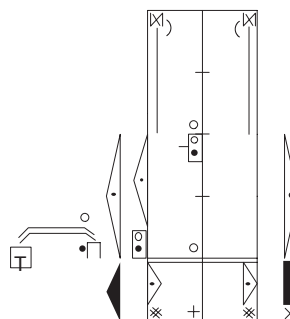


Figura 300. Assegut sobre el costat, cames replegades, estirar-se a terra sobre el costat esquerre

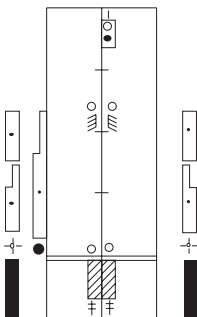


Figura 301. De genolls, caure endavant fins a arribar sobre el ventre

192. Inversament, a partir d'una posició d'ajagut, una elevació del tronc comporta una posició d'assegut. Una elevació del cos en posició invertida, contràriament, és descrita per un moviment del tronc (per un canvi de la situació del centre de gravetat, en els textos antics).

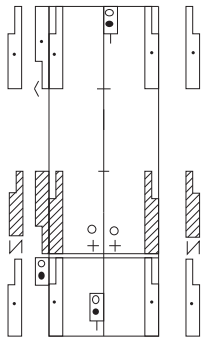


Figura 302. Ajeure's sobre l'esquena, asseure's, cames aixecades, després tornar a ajeure's

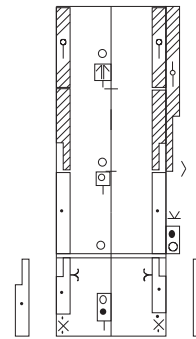


Figura 303. Ajeure's sobre l'esquena, fer la figuereta; el tronc està en posició invertida: vegeu nota del paràgraf 101

220

Les voltes en posició d'ajagut

193. En la posició d'ajagut, el cos pot voltar de dues maneres diferents:

- rebolcar-se per terra i així girar al voltant de l'eix longitudinal del cos, passant successivament per les diferents cares i arestes del tronc; aquesta volta s'anomena volta croqueta;
- o girar al voltant de l'eix vertical de gravetat; en la posició de mirant avall o amunt, l'eix creua el cos sagitalment i en la posició d'ajagut sobre el costat, l'eix creua el cos lateralment; aquesta volta s'anomena volta quadrant.

La volta croqueta

194. Com totes les voltes del cos al voltant d'un eix longitudinal, la volta croqueta s'inscriu amb un signe de volta col·locat en les columnes de la transferència; en el cas de voltes successives, el signe de trajecte que en resulta (passiu) indica la direcció del desplaçament ocasionat.

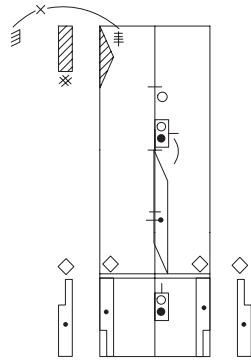


Figura 304. Ajeure's de bocaterrosa, fer un quart de gir per arribar sobre el costat dret i atrapar el peu esquerre amb la mà esquerra

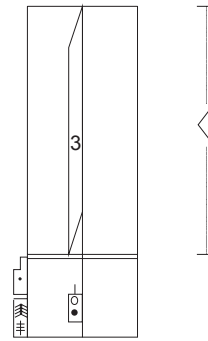


Figura 305. Ajeure's de bocaterrosa, rodar i fer tres voltes en el sentit horari; el cos es desplaçarà cap a l'esquerra

Nota. El signe del tronc augmentat determina a la vegada les direccions dels braços i de les cames: els membres són en una mateixa alineació.

221

La volta quadrant

195. La volta quadrant produeix un desplaçament circular sobre el terra; s'inscriu amb el signe de volta col·locat en una columna de transferència. Aquest signe de volta comporta una creu dels eixos normals, representa l'eix de gravetat i una agulla negra precisa el grau del trajecte.

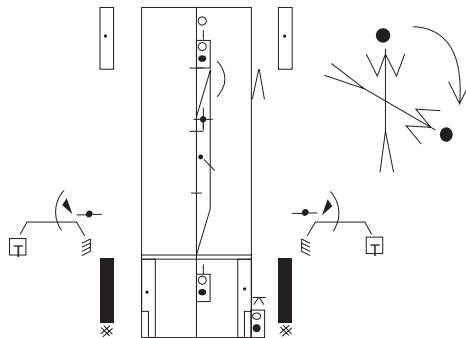


Figura 306. Ajeure's de bocaterrosa amb el bust lleugerament aixecat, girar 3/8 de volta cap a la dreta

Volta croqueta i volta quadrant combinades

196. Aquestes dues formes de volta poden combinar-se per realitzar una volta anomenada conversió. Els graus de volta en el mateix sentit se sumen; els graus de volta en sentit oposat es resten. El signe de volta quadrant se situa fora del pentagrama, a la dreta (vegeu «Les voltes, la rotació», paràgraf 26).

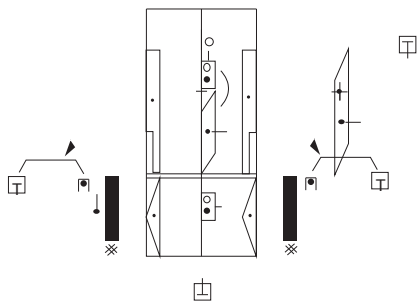


Figura 307. Ajeure's sobre el costat dret, rodar simultàniament de bocaterrosa i girar un quart de volta quadrant: el moviment ha començat de front i s'acaba d'esquena (al punt d'inici)

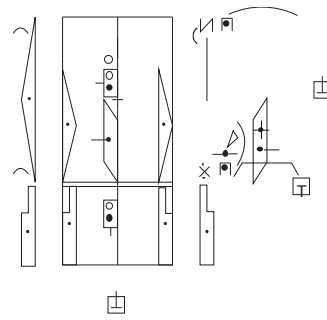


Figura 308. Ajeure's d'esquena, girar un quart de volta quadrant a la dreta tombant sobre el costat esquerre; el moviment ha començat de front i s'acaba de front

LES TRANSFERÈNCIES COMPOSTES

197. S'anomenen transferències compostes (o de quatre potes) les situacions en què dues parts diferents del cos o més suporten el pes del cos. Aquests suports variats plantegen problemes força complexos, principalment a causa de l'avaluació de la distància entre els punts de recolzament. Seran estudiats breument a fi d'obrir només les perspectives d'anàlisi.

223

198. Els nivells d'execució de cada segment de suport són determinats per les posicions respectives d'aquestes parts del cos o en funció de les del tronc. Els nivells dels suports de les mans es calquen sobre els dels peus; els nivells dels recolzaments sobre els colzes es calquen sobre els dels genolls. Aquestes variacions no seran tractades aquí exhaustivament.

199. En principi, la direcció i la llargada de cada nova transferència són determinades en referència al punt de recolzament més allunyat del sentit del desplaçament. Però sovint és més fàcil transcriure simultàniament el trajecte i els moviments efectius de les parts del cos. Per a una anàlisi més acurada, es disposa de mitjans detallats que seran abordats en un tercer cicle.*

200. Per a l'escriptura de les transferències compostes, es recomana la utilització sistemàtica de la columna subsidiària. Les columnes de les transferències i de les columnes subsidiàries estan relligades per un gafet horitzontal que determina que la columna subsidiària esdevé una columna de transferència auxiliar.

* L'autora es refereix a una publicació en curs (N. del t.).

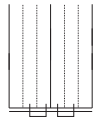


Figura 309. El pentagrama i els gafets de conjunció

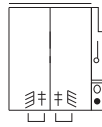


Figura 310. De quatre potes sobre els genolls (posició del tronc)

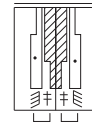


Figura 310'. El mateix exemple escrit amb els nivells i les direccions dels recolzaments

Els moviments

201. En les transferències compostes, un nou recolzament no allibera el precedent, però els gestos de les cames anul·len les transferències sobre els peus o sobre els genolls, i els gestos dels braços anul·len les transferències sobre els colzes i les mans. Evidentment, un buit en les quatre columnes de suport indica sempre un salt, sobretot si va acompanyat dels gestos simultanis dels braços i de les cames.

224

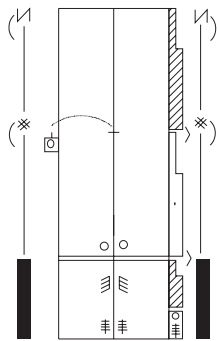


Figura 311. Estant sobre les mans i els peus, efectuar una flexió

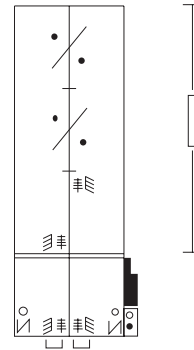


Figura 312. Caminar de quatre potes, cames estirades

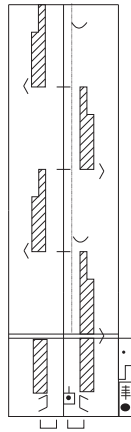


Figura 313. Avançar sobre els colzes (remarcar la utilització d'un signe de tronc invers)

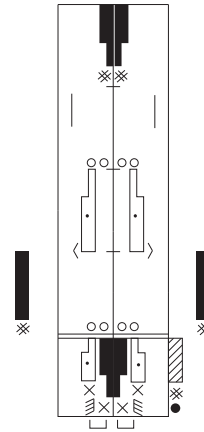


Figura 314. Aixecar alternativament les mans i els peus. Cal observar que en el quart temps els peus es col·loquen endarrere, ja que tornen a recolzar-se darrere de les mans, que alhora estan recolzades.

Les voltes utilitzant les transferències compostes

202. Si el cos, ajagut, pot efectuar diferents formes de volta (volta croqueta, volta quadrant), igualment el recolzament pot passar d'una part del cos a una altra, fer dues formes més de girs anomenats comunament roda i tombarella. Aquestes dues formes de girs s'efectuen:

- al voltant de l'eix sagital del cos: la roda
- al voltant de l'eix lateral: la tombarella

És per això que cada un d'aquests girs té un signe.

La roda

203. El signe especial per representar el gir al voltant de l'eix sagital del cos (o d'una de les seves parts) es representa així:



roda en el sentit horari



roda en el sentit invers

204. Hi ha diferents maneres d'efectuar una roda, però en el passatge sobre les mans les direccions dels desplaçaments són invertides momentàniament: l'esquena esdevé la cara anterior i la cara ventral mira endarrere; el retorn a la posició de dret restableix la situació d'inici. Una agulla negra a l'interior del signe de roda determina el grau de gir efectuat.

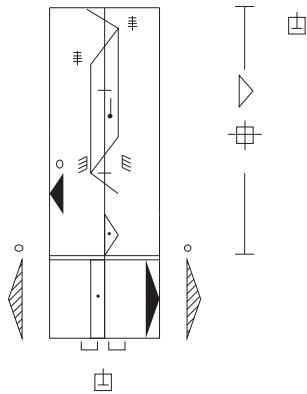


Figura 315. Una roda senzilla sobre el costat

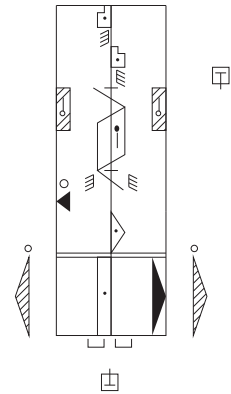


Figura 316. Una mitja roda, avançar dos passos sobre les mans; les cames es tanquen i s'inclinen una mica endavant, és a dir, cap a la cara dorsal

226

La tombarella

205. El signe especial per representar la volta al voltant de l'eix lateral del cos (o de les seves parts) es representa així:



206. Aquest gir no afecta, en cap moment, l'orientació inicial; això és perquè el signe de tombarella no conté mai agulles, només (eventualment) una fracció per precisar la porció de volta efectuada.

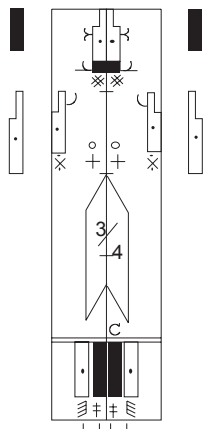


Figura 317. Fer una tombarella completa cap endavant i aixecar-se

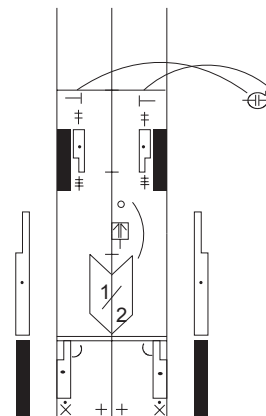


Figura 318. Fer mitja tombarella endarrere i arribar amb els genolls contra les orelles

Nota. Els exemples que il·lustren les transferències compostes són particularment senzills, ja que serveixen únicament d'introducció a aquesta anàlisi.

QUARTA PART: ÈLS MOVIMENTS DE CONJUNT

Quan diversos participants (2, 3, 4, etc.) es desplacen o dansen junts, executen un motiu diferent o bé el mateix. En el primer cas (motius diferents) es necessita un pentagrama per a cadascú; els pentagrames estan lligats entre ells per una barra transversal, al peu de cada pàgina, per indicar-ne una lectura simultània (com en una partitura musical, on cada instrument té el propi pentagrama, lligats tots per un traç vertical).

227

En el segon cas (els participants executen el mateix motiu), n'hi ha prou amb un sol pentagrama, que serà completat per les indicacions de formacions i/o de trajecte col·locades al peu de la pàgina o bé en el marge, a la dreta del pentagrama.

En la disposició dels participants es poden produir nombroses variacions, però el conjunt de les indicacions es refereixen a un grup.

Un capítol especial («Els moviments de grup») tracta sobre algunes d'aquestes variacions.

L'ORGANITZACIÓ D'UNA PARTITURA

- 228 207. Diverses persones es desplacen juntes i executen motius diferents; cadascuna té el seu pentagrama; s'uneixen els pentagrames entre ells; els participants es designen amb lletres o amb xifres col·locades sota el pentagrama respectiu, a cada pàgina de tota la partitura. Tant com sigui possible, cal conservar la mateixa presentació per a cada pàgina.
208. Si durant els desplaçaments els participants executen el mateix motiu, es pot reduir momentàniament el nombre de pentagrames o bé utilitzar els signes de repetició (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «Els signes de repetició»).
209. És preferible organitzar el pla d'una partitura de la manera més còmoda possible per facilitar la tasca del lector. Seguint el mateix ordre d'idees, es reserva un lloc per als croquis del trajecte, o bé al peu de la pàgina o bé a la dreta del pentagrama, que ha de ser el mateix al llarg de la partitura.
210. Si hi ha lloc per sobreposar en una mateixa pàgina uns quants (generalment dos) grups de pentagrames, han d'estar separats per dos traços gruixuts, col·locats a baix i a dalt de la pàgina, a fi de cridar l'atenció del lector sobre les modificacions de l'organització de la partitura (vegeu figura 321).

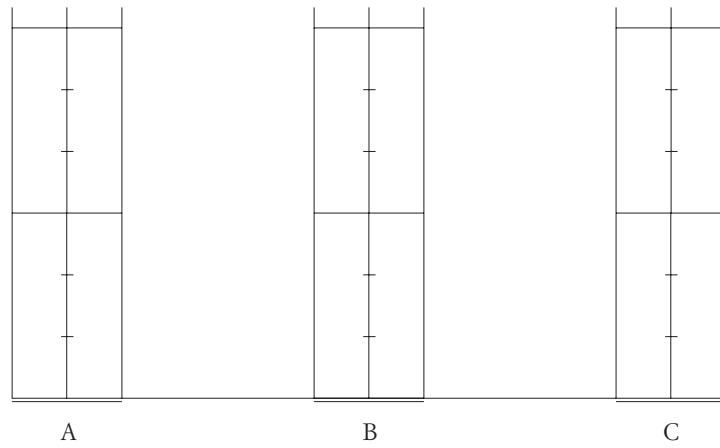


Figura 319. Tres persones designades amb les lletres A, B i C ballen juntes, però cada una ho fa de manera diferent

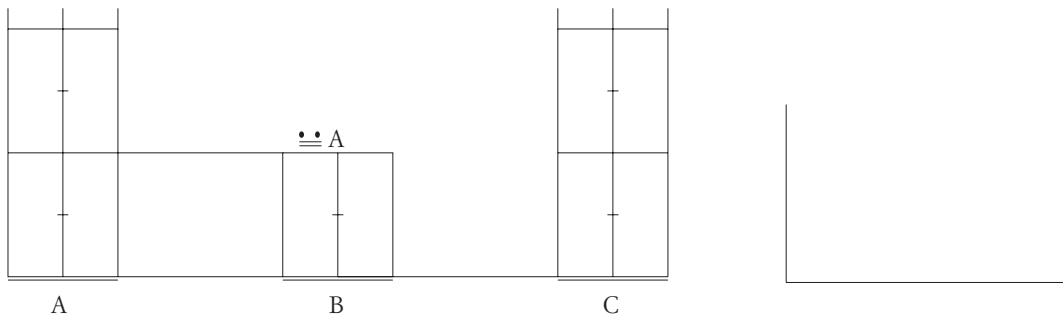


Figura 320. A, B i C ballen junts, però en un cert moment B executa el motiu de A però simètricament. No és necessari escriure el seu pentagrama. Els plànols del trajecte es col·loquen a la dreta del pentagrama

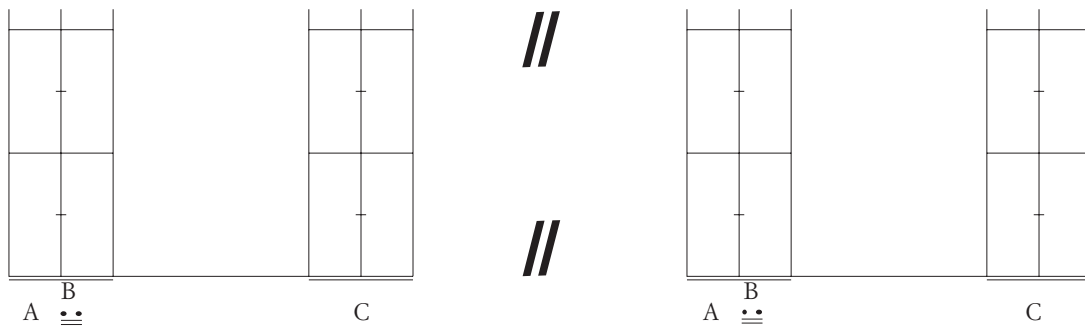


Figura 321. A, B i C ballen junts, però B executa el motiu de A simètricament mentre que C segueix el seu; n'hi ha prou amb dos pentagrames, ja que és possible juxtaposar-ne dos

Les seccions

211. Quan un motiu ocupa uns quants compassos i es repeteix íntegrament, es designa amb una xifra o una lletra inscrita dins d'un petit quadrat unit al pentagrama per una línia transversal, a l'inici del motiu (el quadrat és a l'esquerra del pentagrama) i al final del motiu (el quadrat és a la dreta del pentagrama): així es determina una secció.

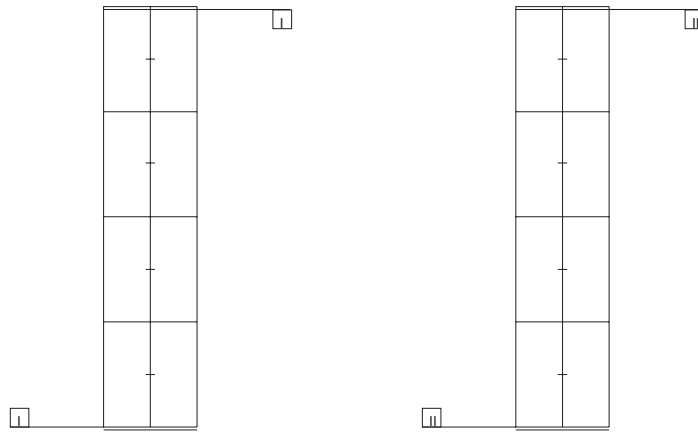


Figura 322. Els quatre primers compassos representen el motiu I i els quatre compassos següents representen el motiu II

Les repeticions

212. A les repeticions exposades a la «Gramàtica de la notació Laban 1» («Els signes de repetició»), la repetició simple, múltiple o simètrica, amb un canvi al final del compasso, s'hi afegeix la possibilitat d'utilitzar una «repetició d'oposició», el signe de la qual es representa així: \ddagger .

En aquest cas totes les direccions inicials s'inverteixen (la dreta en lloc de l'esquerra i viceversa, el davant en lloc del darrere i viceversa). Aquesta repetició és més útil al notador com a signe d'abreviació que en una partitura publicada sobre la qual, per a més claredat, és preferible escriure el motiu amb les seves modificacions.

213. Un altre signe de repetició (que serveix igualment de signe d'abreviatura) és el signe de repetició «en creu», que es representa així:

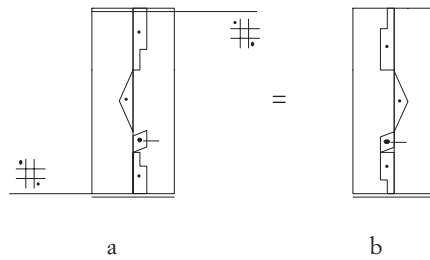


Figura 323. Es repeteix el motiu escrit en invertir la dreta i l'esquerra, el davant i el darrere (queda el mateix sentit de la volta); el resultat és escrit a *b*



Figura 324. El motiu escrit amb la cama dreta es repeteix de costat i endarrere; després el conjunt s'ha de repetir amb la cama esquerra

Figura 325. El motiu escrit amb la cama esquerra es repeteix de costat, endavant i després novament de costat

214. A l'interior d'una seqüència, el motiu ha de ser executat per un participant unes quantes vegades idèntiques, mentre que els altres executen un altre motiu: un signe de repetició és situat creuant el pentagrama. Aquest signe es representa així:



Si es tracta d'un sol compàs, el signe de repetició talla just la línia del mig del pentagrama; si es tracta d'uns quants compassos, el signe de repetició es fa més gran i talla el conjunt del pentagrama. S'hi pot afegir una lletra o una xifra corresponent a la identificació d'un participant, d'un compàs o d'una secció.

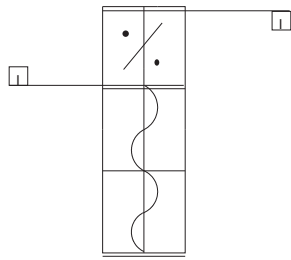


Figura 326. La secció I es repeteix en aquest moment (només ocupa un compàs del pentagrama encara que es desenvolupi, per exemple, durant 32 compassos)

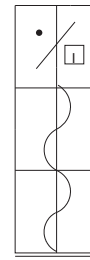


Figura 326'. Una altra manera d'indicar la repetició d'una secció

232

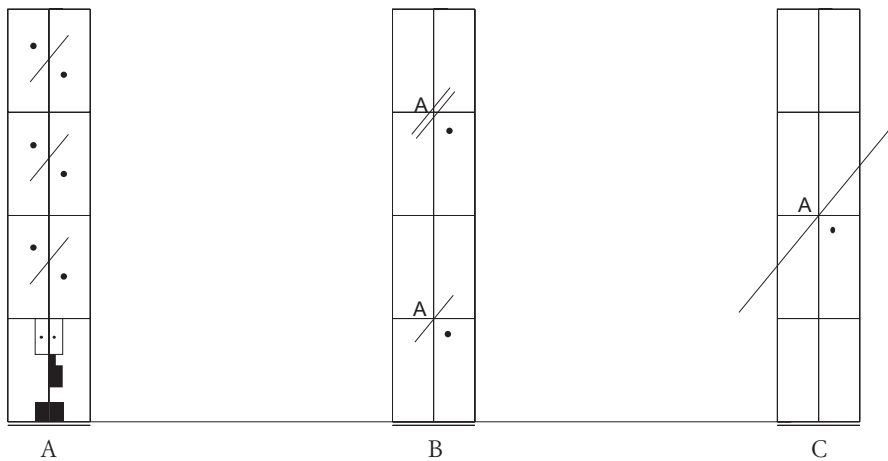


Figura 327. Tres persones: A, B i C; A repeteix tres vegades el compàs precedent; B fa el mateix que A durant els dos primers compassos, després el simètric de A durant els dos compassos següents; C fa el mateix que A durant els quatre compassos

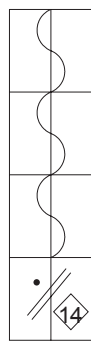


Figura 328. En aquest moment repetir simètricament el compàs 14

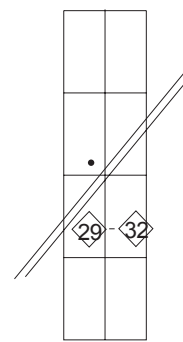


Figura 329. Durant aquests quatre compassos, repetir a l'altre costat el motiu dels compassos 29 al 32

Nota. Els signes de repetició poden figurar igualment a l'interior d'una columna del pentagrama per evitar reescriure un moviment que es repeteix.

LES INDICACIONS PRELIMINARS I COMPLEMENTÀRIES

215. Els signes preliminars o marginals es componen dels diferents signes col·locats sota el pentagrama, al principi del cinetograma o bé al costat del pentagrama (a la dreta o a l'esquerra).

233

Aquests signes porten diferents classes de precisions.


En si mateixos no tenen cap valor de durada (excepte per al signe de variació de la velocitat), però el moment on apareixen en el pentagrama indica el moment de la modificació.

Els signes preliminars i marginals comprenen les indicacions de persones i les complementàries de temps.

Les indicacions de persones

 una dona \perp una dona

 un home \perp un home

 una parella

EUA (textos antics)

216. Les indicacions de persones s'associen a:

- indicacions de nombre, amb una xifra dins d'un cercle (vegeu figura 330),
- indicacions d'organització lineal, amb un signe de direcció neutre que talla un traç (vegeu figura 331),

 4 persones  5 la dona núm. 5

  10 parelles  grup de 3

Figura 330

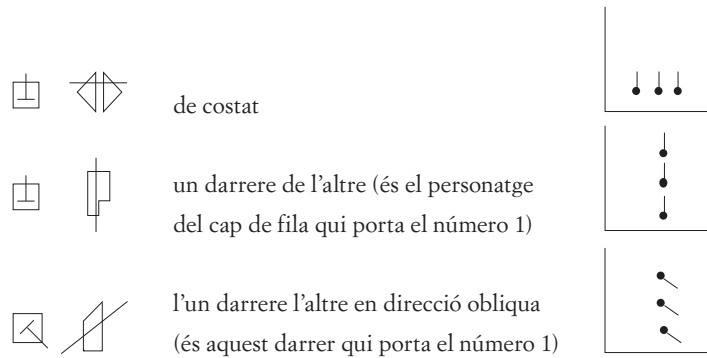


Figura 331

234

- els signes de retrobament i de grup, que precisen les relacions dels participants (vegeu figura 332),
- els signes d'orientació, que precisen la situació en referència a un espai delimitat (gràcies als signes de front) o bé en referència a un espai circular (gràcies als signes de posició),
- els signes de lloc, que designen el lloc de les persones en un espai donat. Si aquests signes estan units al pentagrama amb traços horitzontals, representen el lloc d'entrada o de sortida d'escena, segons que el signe de lloc estigui col·locat a l'esquerra del pentagrama (entrar a l'escenari) o a la dreta del pentagrama (sortir de l'escenari) (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «Els signes marginals»).

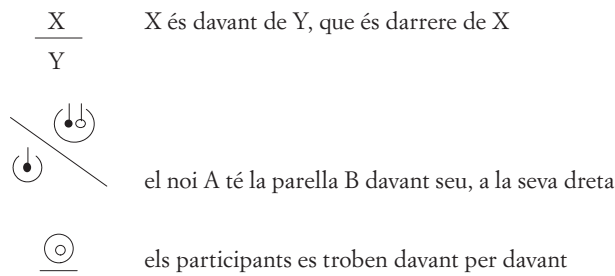


Figura 332

-
-
-

Figura 333

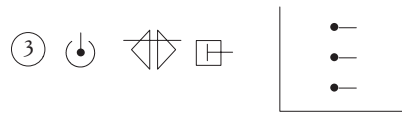


Figura 334. Tres homes col·locats de costat i de perfil

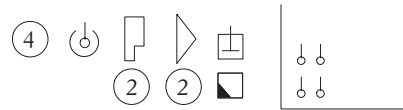


Figura 335. Quatre dones en grup, de cara i col·locades en el racó darrere esquerre del lloc d'evolució

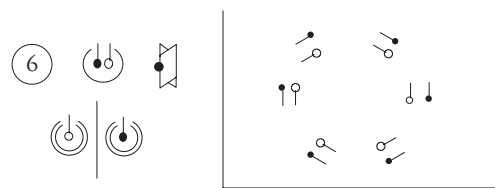


Figura 336. Sis parelles en cercle, amb l'espatlla esquerra dirigida cap al centre del cercle; el noi a la dreta de la noia

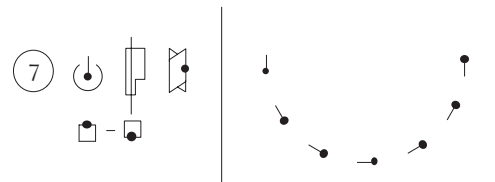


Figura 337. Set homes, un darrere l'altre, en cercle obert, amb l'espatlla dreta dirigida cap al centre del cercle; el cap de fila és a l'alçada del darrer (a la seva dreta)

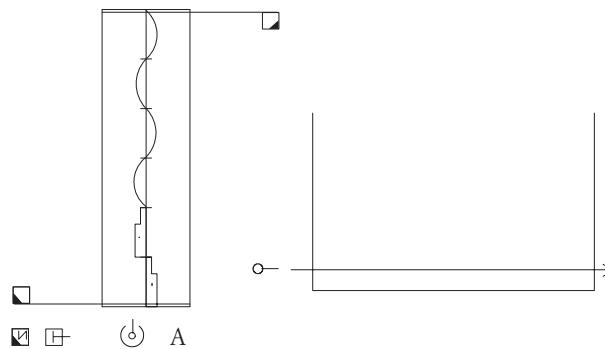
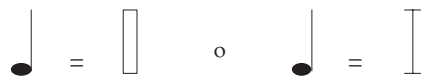


Figura 338. La noia A apareix en el racó darrere esquerre de l'escena, travessa l'escena i desapareix pel racó darrere dret

Nota. Els exemples indicats més amunt (excepte la figura 338) il·lustren la utilització dels signes preliminars tal com apareixen a l'inici d'una partitura; però també es poden trobar a la dreta del pentagrama, en el marge, per precisar un canvi de formació, una relació fortuïta, un nou lloc assolit, una nova orientació adquirida.

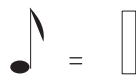
Les indicacions complementàries de temps

217. Sota el pentagrama, a l'inici de cada cinetograma, sempre hi ha d'haver l'escala adoptada; per exemple:



236

Aquesta escala s'ha de determinar en el pentagrama amb petits traços horitzontals o oblics tallant la línia del mig del pentagrama a intervals regulars. Si l'escala varia durant la partitura, apareix una nova indicació a l'exterior del pentagrama, a l'esquerra.



Es recomana afegir sempre el tempo de l'acompanyament musical i, si és possible, la velocitat del metrònom.

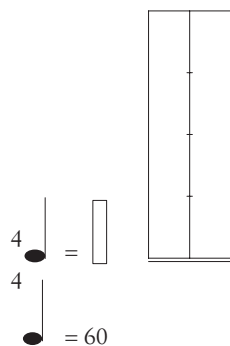


Figura 339. Compàs de quatre temps; la negra representa la unitat, la velocitat és moderada

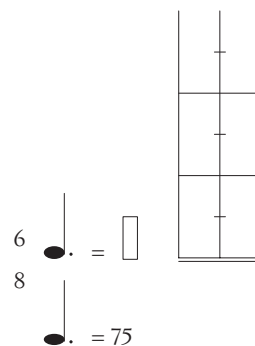


Figura 340. Compàs de dos temps; la velocitat és sostinguda; l'escala, petita

218. També s'indica en el marge del pentagrama, a l'esquerra, el canvi de compàs durant l'execució d'un moviment.

219. Les xifres en un rombe (generalment) col·locat a l'esquerra del pentagrama indiquen la numeració dels compassos d'acord amb l'acompanyament musical (o qualsevol altre suport rítmic definit).

És més fàcil numerar sistemàticament cada compàs; en aquest cas el rombe rodejant la xifra apareix només a cada principi del pentagrama o, eventualment, a cada secció. Per a les repeticions, el número del compàs (que es repeteix) es col·loca, sovint, entre parèntesis, sobre el número del compàs inicial (a repetir).

Una segona xifra (sovint d'una mida diferent) pot aparèixer a l'esquerra del pentagrama, al costat del número del compàs, per indicar els comptes coreogràfics. Els comptes no se sobreposen necessàriament en el compte musical i «guien» el ballarí en l'elecció de la cadència que ha de prendre.

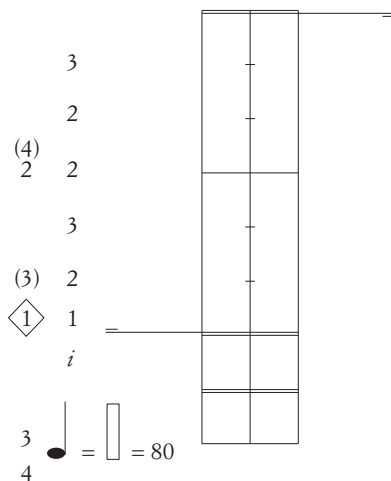


Figura 341. Quatre compassos de tres temps amb una anacrusi, amb la numeració dels compassos i la indicació dels comptes coreogràfics

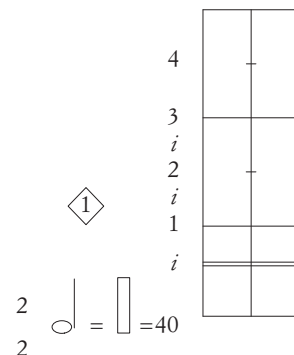


Figura 342. Dos compassos de dos temps lents, precedits d'una anacrusi, amb la numeració dels compassos i dels comptes coreogràfics

220. Si la velocitat d'execució d'un moviment o d'un seguit de moviments s'accelera o es retarda, un signe especial, col·locat dins d'un arc d'addició, s'adjunta al marge, a l'esquerra del pentagrama:

△ *ritardando*

▽ *accelerando*

Aquests signes poden completar-se per permetre una anàlisi més detallada de les variacions de temps. (Seran estudiats en el tercer cicle.*)

* L'autora es refereix a una publicació en curs (N. del t.).

Si la velocitat i el ritme d'execució es deixen a l'elecció de l'executant (o dels executants) participant, un gran signe «ad lib.» tallat per un petit signe «ad lib.» es col·loca al marge del pentagrama, a l'esquerra (actualment).

Si el nombre de passos es deixa a l'elecció de l'executant, una línia sinuosa tallarà la línia mitjana del pentagrama.

Per contra, un signe de trinat (com en la notació musical), col·locat en la columna de les transferències o en una columna dels gestos, indicarà la repetició del moviment tan ràpid i sovint com sigui possible.

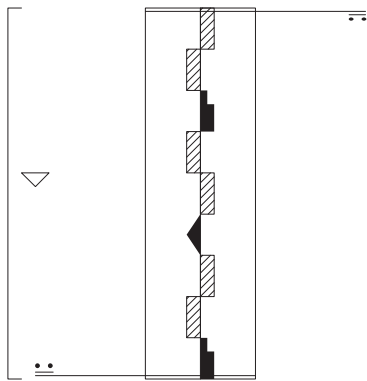


Figura 343. Aquests grups de passos s'han d'executar acceleradament

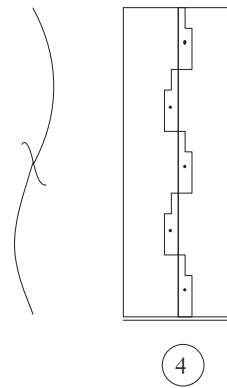


Figura 344. Quatre persones caminen, cada una al seu ritme

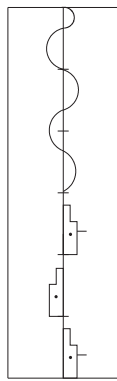


Figura 345. Córrer durant aquest lapse de temps; el nombre de passos no es concreta. Comparar amb l'exemple precedent en el qual la velocitat i la durada dels passos es deixen a l'elecció de l'executant

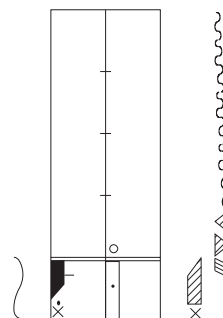


Figura 346. Dir «a reveure» amb la mà: agitar lateralment la mà dreta. El gest del braç esquerre es deixa a l'elecció de l'executant

Les constants, les fórmules

221. Una «constant» és un fragment del pentagrama col·locat sota d'un pentagrama que conté diferents indicacions que tenen la condició de «clau». Aquestes indicacions són vàlides per a tot el fragment i no hi ha cap necessitat de repetir-les; precisen els elements estables (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «La constant», paràgraf 70).

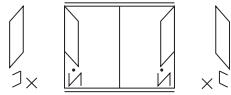


Figura 347. Durant tot el fragment, les cames han d'estar molt estirades i en rotació externa; els braços, lleugerament flexionats, i els colzes, en rotació interna. Aquests elements determinen un cert estil del ballet acadèmic

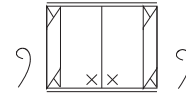


Figura 348. Durant tot el fragment, els passos han de ser petits i les cames no han d'estar en rotació (ni externa, ni interna); els braços, relaxats

Nota. Durant el cinetograma, una indicació que anul·la un dels elements de la constant és anul·lada pel moviment següent i es reprèn novament «la clau».

222. En aquest mateix ordre d'idees, una «fórmula» és la juxtaposició de dos fragments de pentagrames que permeten la simplificació d'escriptura d'un moviment complex (o d'una postura). Cada vegada que l'element simplificat apareix en el cinetograma, el lector sobreentendrà la forma complexa escrita a l'inici.

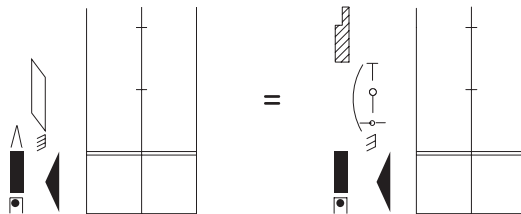


Figura 349. Mitja volta del canell de baix a dalt. Fórmula que figura al peu de la partitura d'una dansa del segle XVII. El moviment del canell és reduït a una simple rotació de la mà

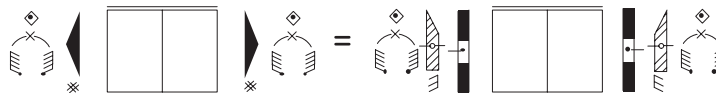


Figura 350. Presa de la mà pels dits petits. Fórmula que figura a baix de la partitura d'una dansa de la Bretanya; la posició dels braços és simplificada

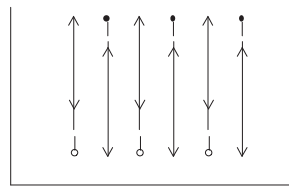
Els plans dels trajectes

223. Els plans permeten tenir una visió de conjunt del desplaçament d'un motiu. Les agulles col·locades a l'interior del pla representen la posició i l'orientació del personatge o dels personatges. La «cara» oberta del pla representa la col·locació del públic.

Una fletxa traça el dibuix al terra, que s'acaba amb un altre gènere d'agulles que representen el lloc i l'orientació d'arribada. El lloc d'inici de les fletxes en referència a l'agulla és important en la mesura que es dona una indicació aproximada de la direcció del trajecte.

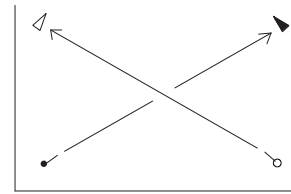
Les xifres col·locades sota l'esquema remetent als compassos del pentagrama.

240



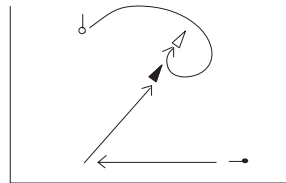
1-4

Figura 351. Tres homes i tres dones, intercalats, avancen i reculen



33-36

Figura 352. Un home i una dona, col·locats a les dues cantonades de l'escenari, el travessen en diagonal; la noia passa primer



3-12

Figura 353. La noia descriu una espiral; el noi executa un angle agut per col·locar-se al seu darrere

LES NOCIONS ADJACENTS DEL TRAJECTE

224. La successió dels passos i dels girs escrits en les columnes de transferència tracen, sobre el terra, un dibuix rectilini del trajecte.

Si els signes del trajecte en cercle s'ajunten al marge (a la dreta del pentagrama), el dibuix del trajecte serà curvilini.

Durant aquest trajecte poden intervenir nombroses modificacions. Algunes han estat exposades a la «Gramàtica de la notació Laban 1», «El traçat del trajecte 175»; d'altres, seran abordades aquí.

241

Trajectes en relació amb un punt focal

225. El signe de trajecte circular afegit al marge del pentagrama, a la dreta, significa que el traçat dels passos segueix una línia corba o circular. L'únic punt de referència estable és el centre del cercle (o dels cercles) a l'entorn del qual es gira; la seva situació en referència al personatge depèn de la direcció d'aquest i del sentit de la seva marxa (sentit horari o sentit antihorari). Si aquest centre, aquest «punt focal», és un objecte o una persona, cal que sigui precisat. S'indica amb una equivalència a l'inici del pentagrama o, eventualment, durant el desplaçament (vegeu figures 354 i 355).

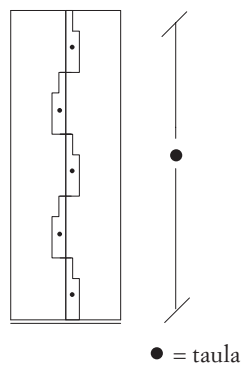


Figura 354. Girar al voltant d'una taula

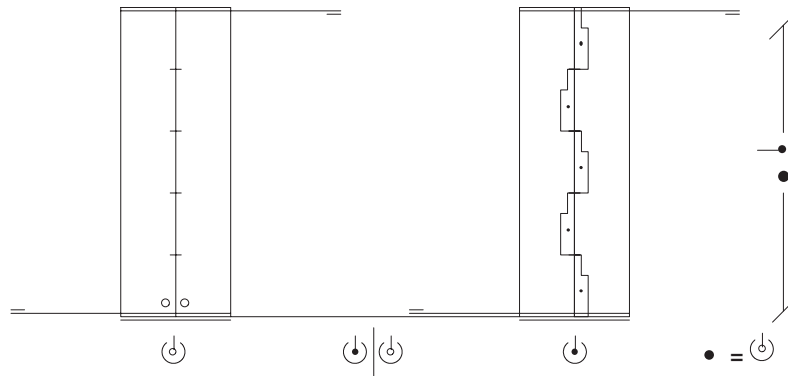


Figura 355. Un noi gira al voltant de la noia, fent deu passos

242

226. Si en desplaçar-se en cercle, s'executa una espiral aproximant-se o allunyant-se progressivament del centre del cercle (o dels cercles) al voltant del qual es gira, es descriu aquest desplaçament amb el signe de centre del cercle col·locat en un signe de crescendo (per acostar-se) o de decrescendo (per allunyar-se), inclòs en el signe del trajecte circular (vegeu figura 356).

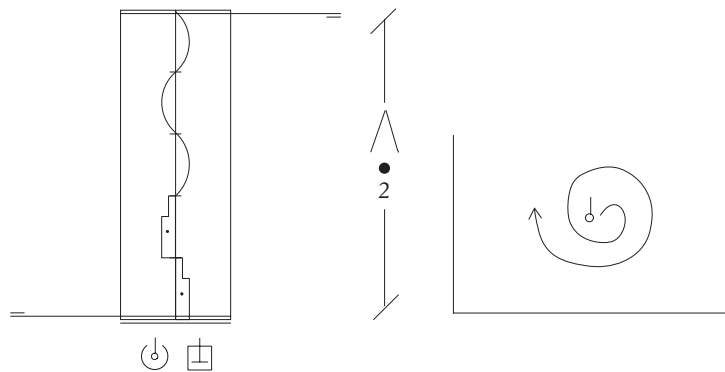


Figura 356. Una noia executa dos girs en espiral cap a l'exterior

227. De la mateixa manera, si un objecte o una persona han estat designats com a punt focal, també es pot aproximar o allunyar seguint un trajecte recte. Aleshores es col·loca a la dreta del pentagrama un signe de trajecte dret, que conté un signe de punt focal col·locat en un signe de crescendo o de decrescendo.

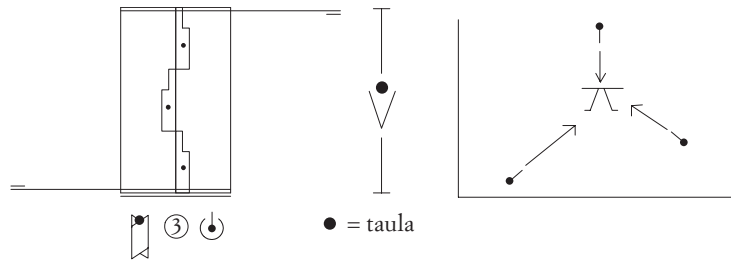


Figura 357. Tres homes s'aproximen a una taula

La desviació, la meta

228. A l'interior del signe de trajecte recte, es col·loca un signe de direcció neutre; això significa que els passos inscrits en el pentagrama es desviaran segons la direcció indicada en el recorregut recte (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «El traç del trajecte» i figura 358).

243

Si, sota aquest signe de direcció neutre, es col·loca un signe de creu d'eixos constants, això significa que el trajecte dels passos es desviarà seguint una línia paral·lela a l'eix del lloc indicat (vegeu figura 359).

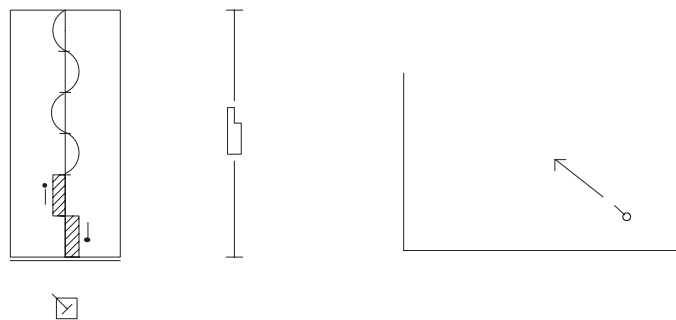


Figura 358. Una noia avança una mica, en trepitjar en el lloc d'evolució

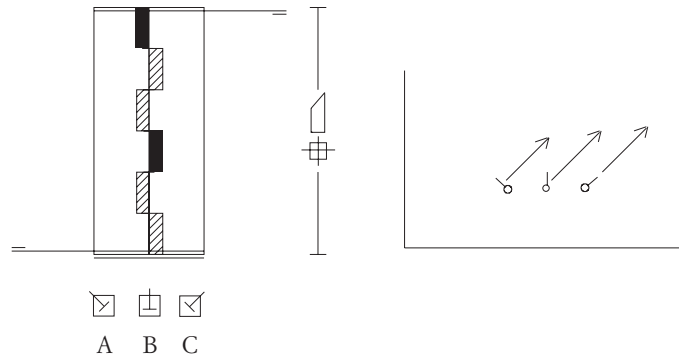


Figura 359. Tres noies orientades diferentment desvien els seus passos cap a la diagonal dreta

244

229. Un signe de lloc es pot trobar a l'interior d'un signe de trajecte recte. Això significa que el trajecte dels passos es desviarà cap a aquest lloc però sense arribar-hi necessàriament (vegeu figura 360).

En canvi, si cal arribar a aquest lloc, el signe de lloc es col·loca a sobre del signe de trajecte recte i lligat a aquest per un petit arc (= noció de meta) (vegeu figura 361).

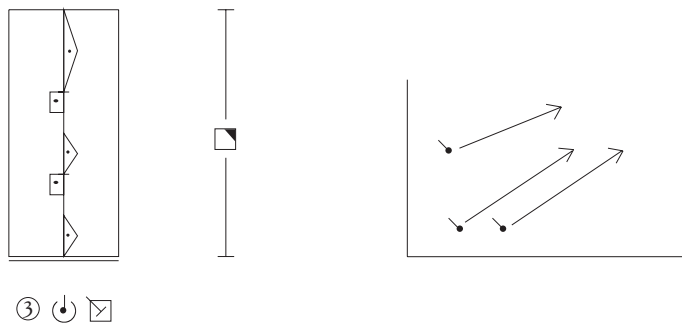


Figura 360. Tres homes s'acosten a la cantonada davant dreta del lloc d'evolució

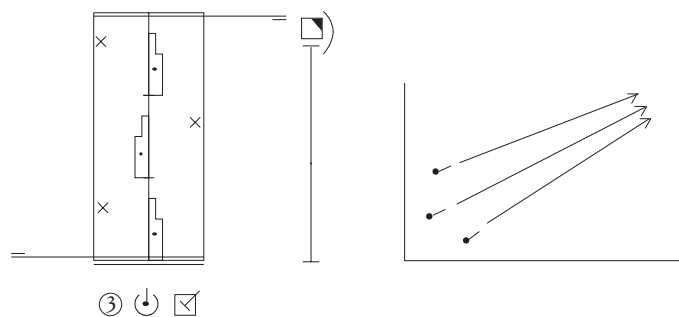


Figura 361. Tres homes arriben a la cantonada davant dreta del lloc d'evolució, corrent

230. De la mateixa manera, un signe de lloc neutre: \square col·locat sobre el signe de trajecte recte associat a una indicació de persones i / o de compassos ha de determinar la meta en relació amb un element citat anteriorment en la partitura (vegeu figura 362).

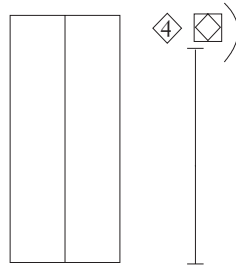


Figura 362. Trobar-se, en aquest moment, en el lloc on ens trobàvem en el quart compàs

245

231. Finalment, un pla de trajecte reduït inclòs en un signe de trajecte recte remet al lector a situar-se en el pla adequat; en aquest cas, el trajecte inscrit en el pentagrama no està detallat per una raó o una altra: simplificació, importància menor del desplaçament, etc. (vegeu figura 363).

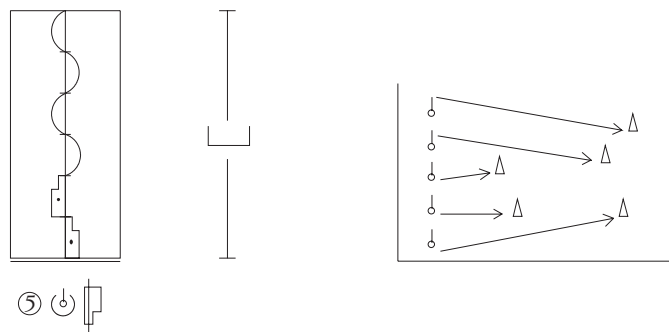


Figura 363. Cinc noies, una darrere l'altra, es col·loquen intercalades. Referir-se al pla del trajecte adjacent que mostra el trajecte executat per a cada una d'elles (es tracta d'una mena de signe abreviat)

Trajectes diversos

232. Quan en un grup i en un moment donat cadascú executa el propi trajecte circular, les extremitats dels signes es doblen (vegeu «Els moviments de grup», figures 382 i 383) o bé el signe de trajecte circular precedeix el signe de cada persona: \odot

233. Si, en una dansa en cercle, el trajecte oscil·la entre el sentit horari i el sentit anti-horari, en lloc d'escriure successivament un signe de trajecte circular ja sigui en un sentit o bé en un altre, s'utilitza un signe que és la combinació dels dos i que es representa així:



Aquest signe de trajecte circular està sempre en relació amb un mateix punt focal, que ha de ser precisat, llevat que es dedueixi del context.

246

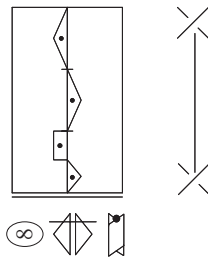


Figura 364. En cercle, de cara al centre, desplaçament alternatiu cap a la dreta i a l'esquerra (el signe d'infinnit envoltat d'un cercle significa «tothom»)

234. Si, durant un desplaçament, una persona és arrossegada o estirada per un objecte o una persona, el seu trajecte és «passiu» i el signe de trajecte recte o circular és de punts.

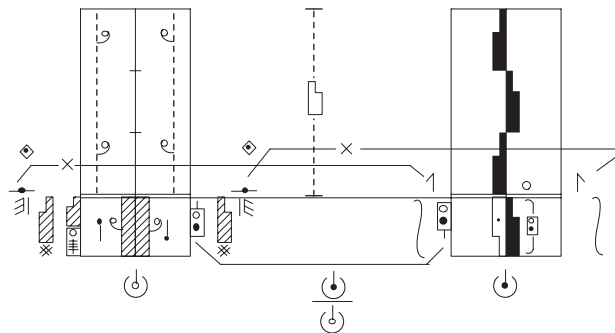


Figura 365. Un home estira una dona ajaguda sobre la seva esquena

235. Es pot, en desplaçar-se en línia recta, efectuar una o diverses voltes sobre si mateix. Si és possible analitzar el canvi d'orientació a cada pas, algunes vegades només cal donar una indicació general. Per això s'utilitza el signe de «trajecte redreçat». Aquest signe es representa amb la superposició dels signes del trajecte recte i del trajecte circular. El nombre de voltes a executar s'inscriu en el signe a través d'agulles negres. La direcció dels passos inscrits en el pentagrama està en funció de l'orientació d'inici i de la meta (per convenció). Si el trajecte redreçat s'executa sobre un cercle, els graus dels dos trajectes (redreçat i circular) se sumen o es resten segons si es fan en el mateix sentit o en sentit oposat. Si es fan rigorosament en sentit contrari, una manera simplificada de transcriure aquest resultat consisteix a col·locar, en el signe de trajecte circular, un signe de pausa en l'espai: en resulta un trajecte circular, un signe de pausa en l'espai, un trajecte circular «sense canvi de front».

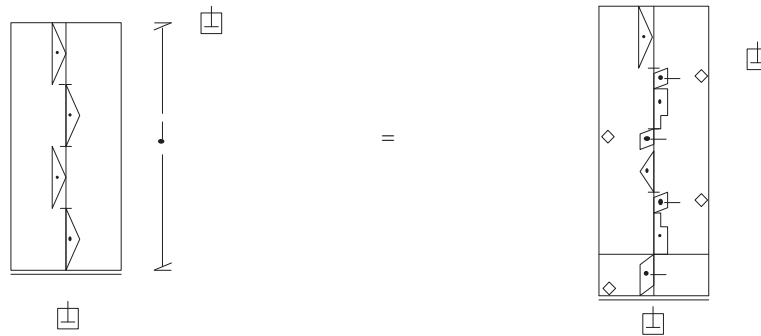


Figura 366. Executar un gir sobre si mateix

Figura 366'. El mateix exemple escrit exactament

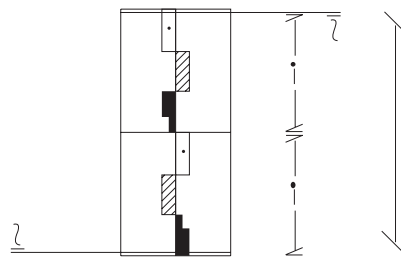


Figura 367. Un nombre indeterminat de passos de vals *en tournant*, desplaçant-se en sentit antihorari

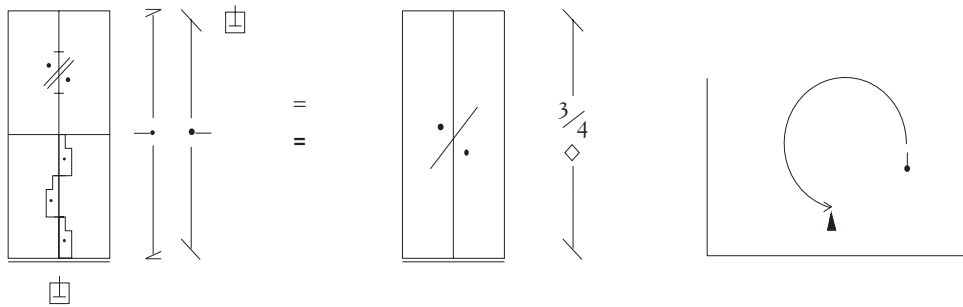


Figura 368. 3/4 de cercle sense canviar el front

Nota. Una agulla negra en el lloc de la fracció pot ser inadequada, ja que indica obligatòriament un canvi d'orientació.

248

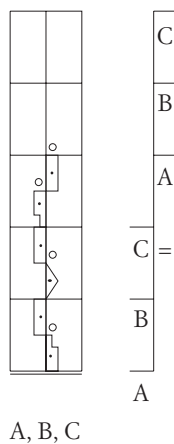
Els cànons

236. Si una mateixa successió de moviments és represa successivament per diversos participants, s'obté allò que en música hom anomena un cànon. En lloc d'escriure la mateixa successió per a cadascú es pot, gràcies als signes de cànon, reduir el nombre de pentagrames a un de sol.

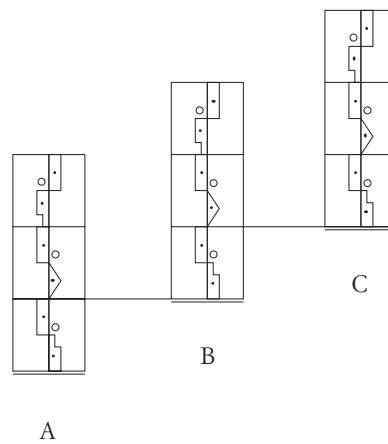
Es poden utilitzar diverses formes de cànon.

El cànon regular

237. El cànon regular és aquell en què l'escalonament de l'inici de cadascun dels participants equival al de l'arribada. És el tipus de cànon musical: un després de l'altre, cada membre del grup comença i acaba la successió dels moviments (vegeu figures 369 i 369').



A, B, C



A

Figura 369. El motiu és executat íntegrament per tres persones: A, B, C.

Figura 369'. L'escriptura desenvolupada del cànon

El cànon d'inici

238. El cànon d'inici és aquell en què només l'inici del motiu és escalonat, i solament la primera persona executa l'encadenament sencer dels moviments.



Figura 370. El signe de cànon d'inici per a quatre persones

249

El cànon terminal

239. El cànon terminal és aquell en què només el final del motiu és escalonat. Si tots comencen al mateix temps, sortiran l'un després de l'altre. Es necessita un segon pentagrama per indicar què han de fer els participants que surten; aquest pentagrama s'uneix al pentagrama principal amb una doble línia (vegeu figura 390).



Figura 371. El signe de cànon terminal per a quatre persones

El cànon circular o simultani

240. El cànon circular o simultani és aquell en què tots els participants surten al mateix temps, però cadascú comença el motiu en un lloc diferent i l'executa íntegrament, sigui quin sigui el punt d'inici. Aquest cànon no té principi ni final.



Figura 372. El signe de cànon simultani per a quatre persones

Nota. Només s'utilitzen els signes d'abreviació en una partitura si la configuració de l'encadenament és simple. Malgrat l'aparent comoditat, sovint és més clar desenvolupar el cànon d'una manera extensa, per facilitar-ne la lectura.

ELS MOVIMENTS DE GRUP

241. S'anomena «moviments de grup» el desplaçament simultani de diverses persones en un ordre donat, desplaçament durant el qual els moviments dels participants estan sotmesos al conjunt del desplaçament general. El que s'escriu a l'interior del pentagrama és una indicació personal per a cadascú i/o per a un «conductor» considerat el personatge principal; el que s'escriu a l'exterior del pentagrama (les modificacions del trajecte) afecta tot el grup.

251

242. Els moviments de grup són, doncs, determinats per:

- les indicacions preliminars i les posicions d'inici,
- les indicacions de trajecte, col·locades a l'interior del pentagrama.

Les indicacions de trajecte «ordinari» i/o «adaptat» descriuen les evolucions del grup i permeten simplificar les dades que, d'una altra manera, serien molt complexes per escriure-les detalladament.

243. Les evolucions de grup estan subjectes a modificacions «internes» de diverses classes:

- relacions dels participants entre ells,
- direcció dels passos,
- dimensió dels passos que necessiten els participants per ajustar els desplaçaments del conjunt.

Les formes de base

244. Les dues formes més habituals dels moviments de grup són:

- la formació en columna,
- la formació en cercle.

D'aquestes dues formacions en resulten dues evolucions tipus:

- el desplaçament en trajectes paral·lels o bé concèntrics,
- el desplaçament en fila, que determina una idea de continuïtat i implica la noció de conductor.

El trajecte en línia recta

245. Si el grup està en formació lineal o compacta, la direcció del desplaçament traça línies paral·leles o una sola línia contínua. La direcció dels passos inscrita en el pentagrama val per a cada participant; la forma del grup no es modifica.

252

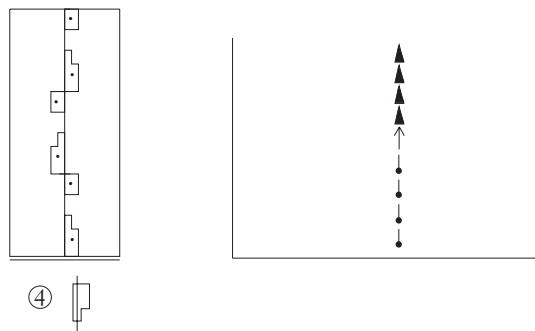


Figura 373. Quatre persones una darrere de l'altra, saltant. El desplaçament es fa en fila; el personatge que l'encapçala és el conductor

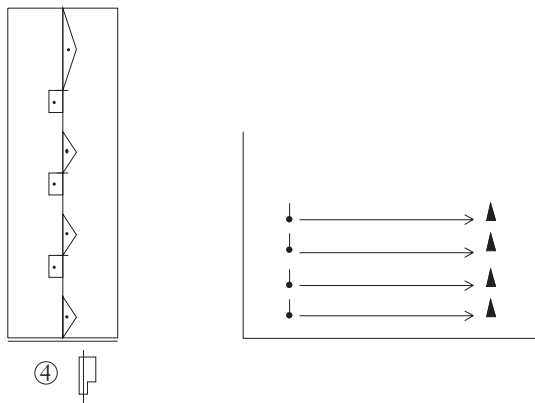


Figura 374. Quatre persones l'una darrere l'altra es desplacen lateralment executant *chassés*; els seus trajectes tracen línies paral·leles

Un canvi en la formació d'inici comporta una modificació del trajecte, encara que la successió dels passos es mantingui igual.

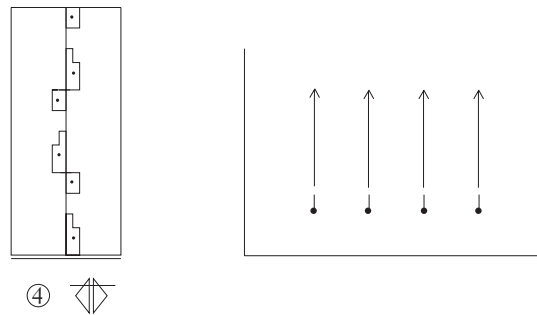


Figura 375. Quatre persones de costat avancen saltironejant; els seus trajectes són paral·lels

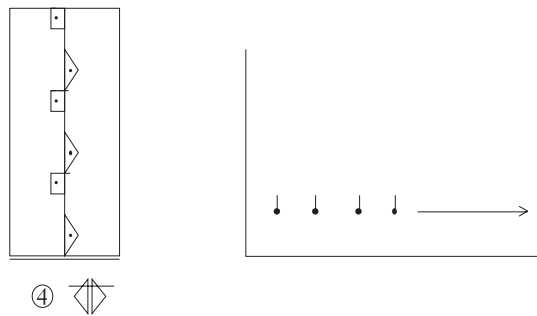


Figura 376. Quatre persones de costat es desplacen lateralment executant *chassés*; el desplaçament es fa en fila. La persona situada a l'extrem dret (per al desplaçament cap a la dreta) és, en conseqüència, el conductor

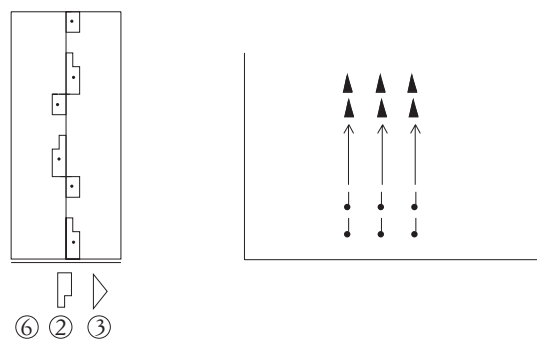


Figura 377. Sis persones en grup (tres en el front i dues sobre línies paral·leles) avancen traçant línies paral·leles; la forma del grup no canvia; «guia» la línia que l'encapçala

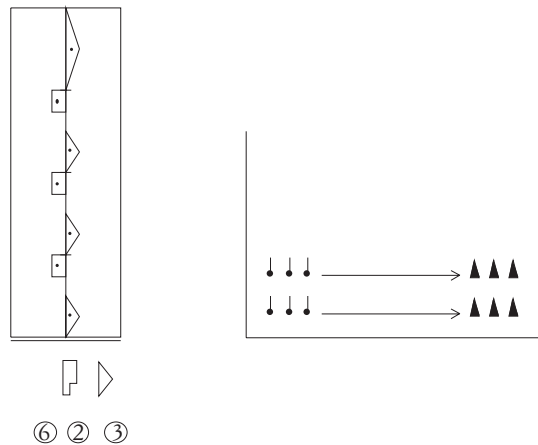


Figura 378. Sis persones agrupades (la mateixa formació que en l'exemple precedent) es desplacen lateralment; la forma del grup no varia; la fila de la dreta «condueix»

254

El trajecte circular

246. Si el grup, en formació lineal o compacta, segueix un traçat circular, té diverses possibilitats de desplaçament, però n'hi ha quatre que són els més corrents i tenen un nom particular:

- la conversió,
- el trajecte individual,
- el desplaçament en forma fixa,
- el remolí.

La conversió

247. Aquest terme s'aplica a una formació que s'obre en ventall durant el trajecte sobre un cercle.

En la conversió:

- la direcció dels passos és constant,
- les relacions són constants,
- la dimensió dels passos varia.

248. Si el grup està en fila i inicia un desplaçament en línia circular en la direcció de la seva formació d'inici, es tracta d'una forma de conversió larvada que s'anomena «trajecte en continuïtat». El conductor segueix el grau indicat en el signe del trajecte circular situat a la dreta del pentagrama; els altres es reparteixen sobre la línia de la circumferència (vegeu figura 379).

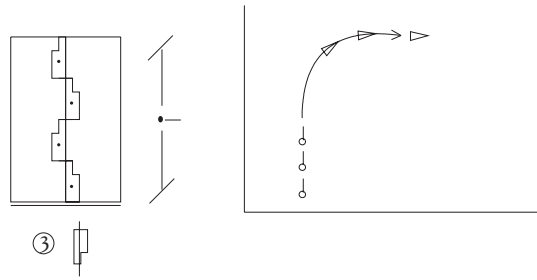


Figura 379. Tres persones, l'una darrere l'altra, efectuen un trajecte d'un quart de cercle; la primera persona acaba el seu quart de cercle i canvia d'orientació. En conseqüència, els altres segueixen en la línia i es reparteixen sobre la circumferència

249. En canvi, si el grup en forma compacta o en línia es desplaça en una direcció en angle recte o en diagonal en referència a la seva formació d'inici, manté el paral·lisme de les línies de desplaçament i realitza una «conversió». El grup s'obre en ventall, els participants efectuen passos segons la direcció indicada en el motiu però hauran d'ajustar la dimensió dels passos per mantenir constants les relacions inicials.

255

250. Aquest moviment s'escriu amb el signe d'un trajecte circular senzill, ja que surt directament dels trajectes paral·lels en línia recta. En un grup «compacte», la línia que encapçala efectua el trajecte circular segons el grau inscrit en el seu signe; els altres participants la segueixen (vegeu figures 380 i 381).

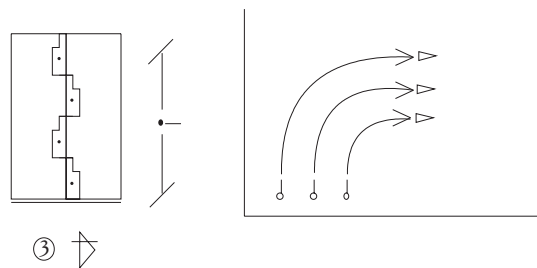


Figura 380. Tres persones de costat efectuen el mateix trajecte d'un quart de cercle; canvien d'orientació alhora, però com que estan de costat, la persona de l'extrema esquerra ha de fer els passos més grans que la del centre, i la de l'extrema dreta ha de fer els passos més petits que la del centre. Ajusten els passos; els seus trajectes són paral·lels

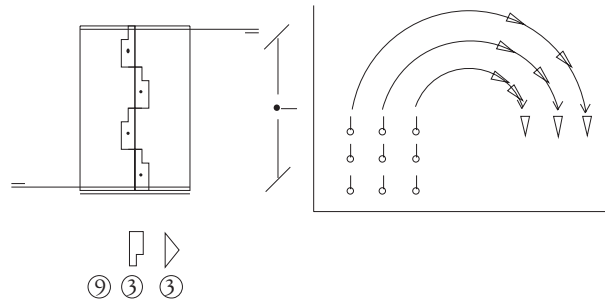


Figura 381. Nou persones en un grup compacte en tres files de tres persones; cadascuna efectua un semicercle. Per mantenir constants les relacions i seguir trajectes paral·lels, han d'ajustar la longitud dels passos. La línia que encapçala efectua el semicercle; les altres línies s'obren en ventall

256

El trajecte individual

251. A l'interior del grup cadascú descriu una porció del trajecte circular. En aquesta formació, la direcció i la grandària dels passos no varia; en canvi, les relacions entre els participants es modifiquen.

Aquest desplaçament s'escriu amb el signe de trajecte circular, els extrems del qual porten un doble traç (per indicar «cada» persona) (o bé amb el signe de trajecte circular precedit del signe de cada «persona»: ⊙)

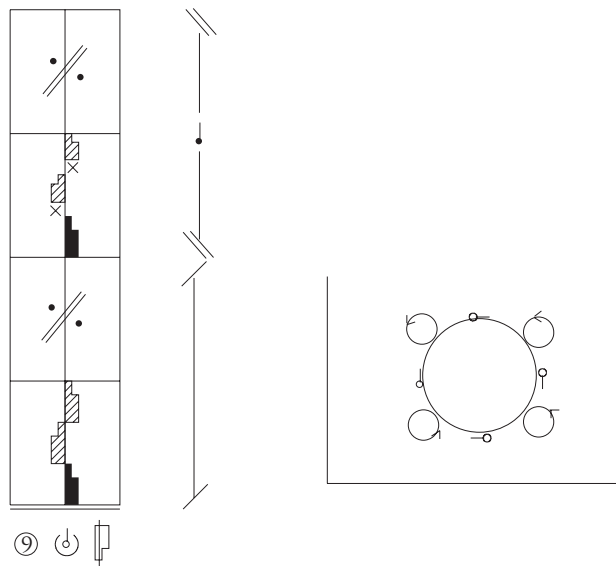


Figura 382. Quatre persones, una darrere de l'altra, avancen sobre un cercle en sentit horari; cadascuna gira sobre si mateixa en sentit antihorari: en resulta una formació «en flor»

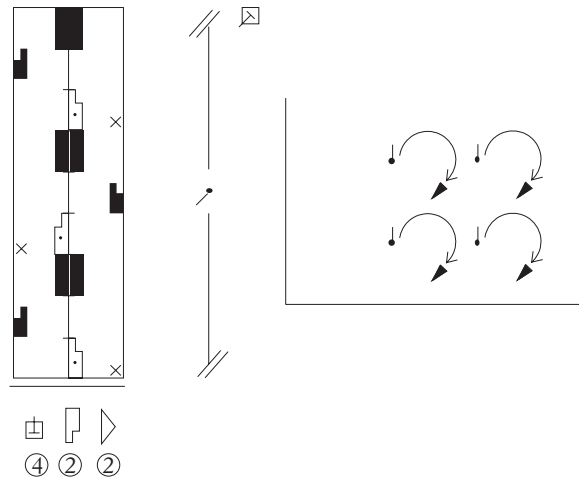


Figura 383. Quatre persones en un grup compacte. Cadascuna descriu una porció de cercle en sentit horari; la forma del grup no varia; les relacions entre els participants es modifiquen

El desplaçament en forma fixa

252. Aquest moviment consisteix a mantenir constant la forma del grup, i això significa que el centre del grup és l'«eix motor».

Aquest desplaçament s'escriu amb el signe de trajecte circular en el qual, a més de l'agulla que indica el grau, es col·loca el signe de centre de grup: $\square \bullet$ (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «Els signes marginals»).

El que està escrit en el pentagrama afecta el centre del grup; els altres participants ajusten la direcció dels seus passos al conjunt. La forma del grup és constant, així com la relació entre els participants (vegeu figures 384 i 385).

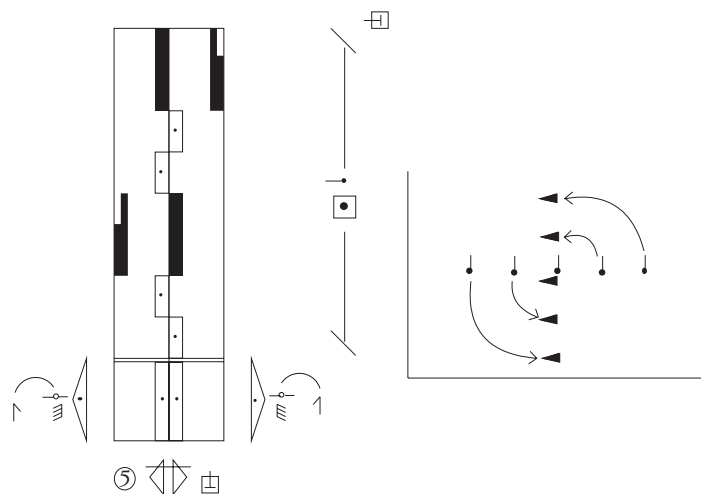


Figura 384. Cinc persones, una al costat de l'altra i agafades per l'espatlla, formant una línia. Aquesta línia gira sobre si mateixa al voltant del centre, representat aquí per la tercera persona. Aquesta persona executa el motiu tal com està escrit; les dues persones situades a la seva dreta executen el motiu endavant, i les dues persones col·locades a la seva esquerra executen el motiu endarrere

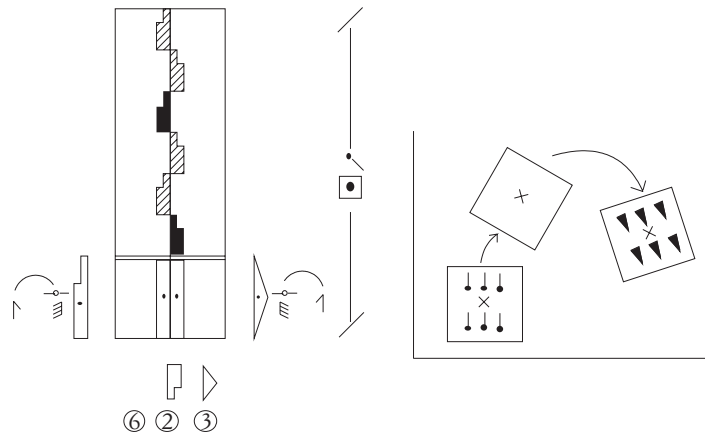


Figura 385. Sis persones en grup avancen vigilant de no deformar-lo; han d'ajustar la dimensió i la direcció dels passos per fer aquest moviment. El motiu val aquí per a un centre fictici, ja que no hi ha ningú al centre

258

El remolí

253. Aquest moviment consisteix a mantenir la longitud i la direcció dels passos. L'efecte d'aquest moviment fa variar progressivament la forma del grup: canvien les relacions entre els participants.

Si la formació inicial és en cercles concèntrics, per exemple, el moviment (vegeu a sota) fa la impressió de «remolí»; d'aquí ve el nom. S'escriu amb el signe de trajecte circular amb els traços dels extrems més gruixuts (vegeu figures 386 i 387).

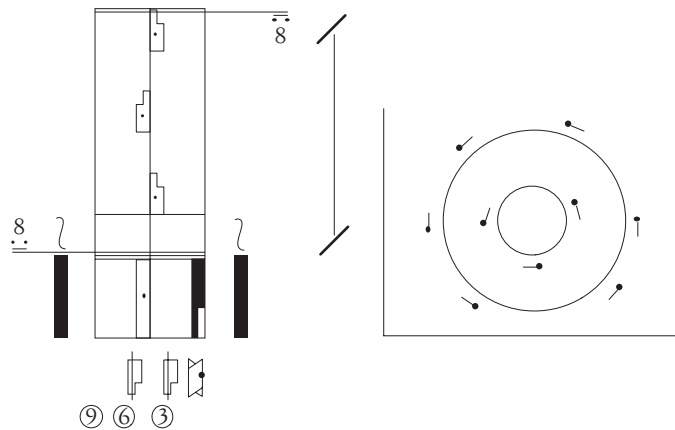


Figura 386. Nou persones repartides en dos cercles concèntrics (sis en un, i tres en l'altre) corren en cercle. Com que fan passos de la mateixa longitud, el cercle de l'interior progressa més ràpidament que el cercle exterior, de manera que es produeix un efecte de remolí

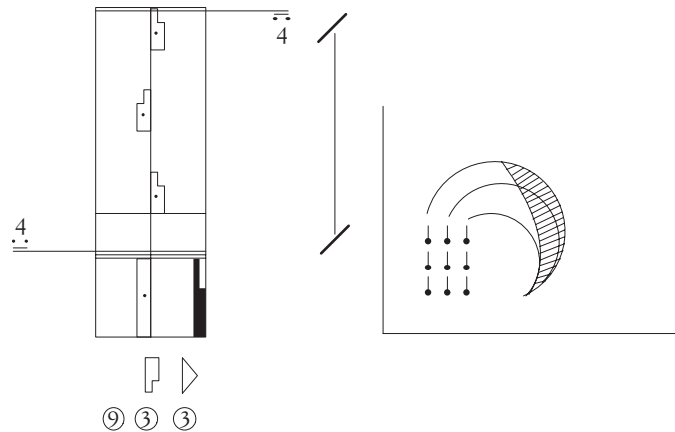


Figura 387. Nou persones en un grup compacte corren sobre línies corbes paral·leles, però com que no tenen la mateixa longitud, la forma del grup no trigarà a disminuir de mica en mica

Els moviments de grup amb un conductor

254. La noció de continuïtat en què el grup és conduït per un conductor és una de les formes de base dels moviments de grup. Els exemples 373, 377 i 381 ja descriuen les evolucions on la presència del conductor és natural en la mesura que la seva funció es desprèn espontàniament de la formació del grup i del seu desplaçament. El cinetograma està escrit per a ell. Però en alguns casos, el conductor ha de ser designat expressament i, per això, un signe de la part del grup o el signe de la persona designada s'ha de col·locar sota el signe del trajecte recte o circular, al qual s'uneix amb un petit arc d'unió (vegeu «Gramàtica de la notació Laban 1», «El traçat del trajecte»). Com que el cinetograma està escrit per al conductor, els altres participants l'han de seguir.

La noció de continuïtat es troba, per exemple, en nombrosos jocs de nens, com ara fer la serp, etc.

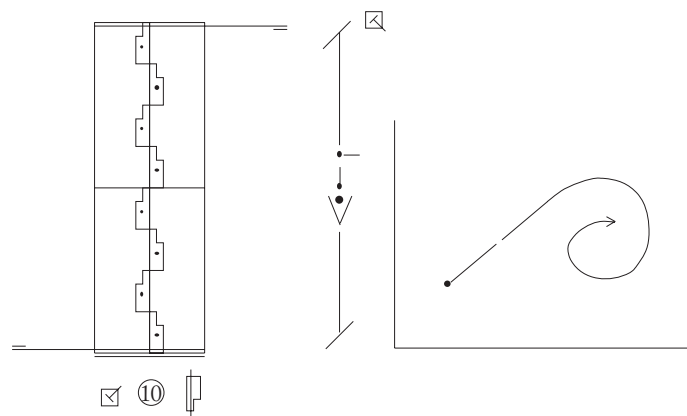


Figura 388. Una fila de deu persones conduïda pel cap de fila (que té un paper evident) sobre una línia circular que s'aproxima progressivament al centre. La fila es cargola sobre si mateixa: s'obté una formació en forma de cargol (vegeu la figura 356)

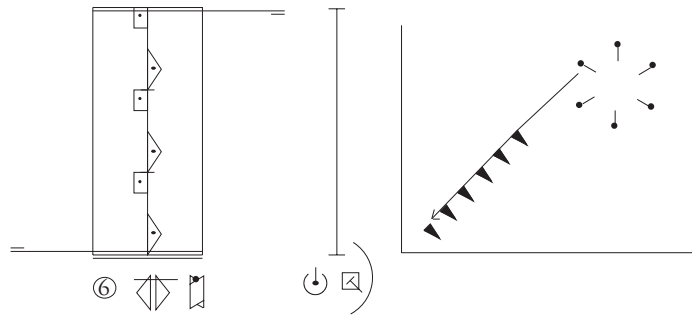


Figura 389. Sis persones en cercle de cara al centre; una d'elles, designada per la seva orientació, condueix les altres en línia recta

260

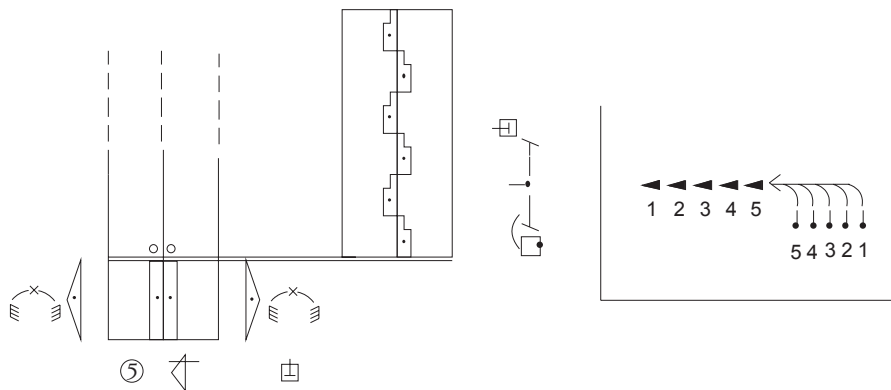


Figura 390. Cinc persones de costat agafades de la mà; una d'elles, col·locada en un dels extrems, passa davant de les altres i les altres la segueixen. En aquest cas es necessita un pentagrama especial unit per una doble barra al pentagrama principal per a les persones que «esperen», ja que es mouen al seu torn

Les voltes de grup

Hi ha diverses maneres, per a un grup, de canviar d'orientació. Se'n poden considerar tres possibilitats.

255. Cada participant del grup té, a l'inici, una orientació definida; cadascú executa una volta pivot. Aquesta volta s'escriu amb un signe de volta col·locat en una de les columnes de transferència, el qual porta una agulla negra que indica el grau de canvi d'orientació (igual per a cada participant) en referència a l'orientació inicial. La forma del grup no canvia, però les relacions entre els participants canvien si el grau de la volta és inferior o superior a una volta completa (vegeu figura 391).

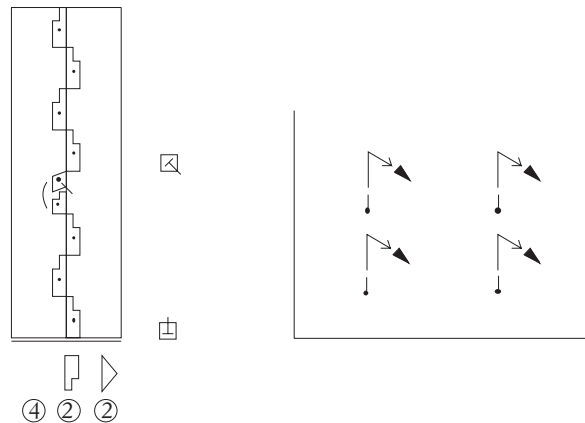


Figura 391. Un grup de quatre persones en formació quadrada avança, després executa 3/8 de volta; la forma no ha canviat, només la relació entre els participants

261

256. Cada participant del grup té, a l'inici, una orientació en relació amb un punt focal (identificat o no) i gira sobre si mateix per quedar de «front» respecte a un lloc precís. Aquesta volta s'escriu amb un signe de volta col·locat en una columna de transferència, el qual porta una agulla plana que designa la fita a assolir, és a dir, orientar-se en relació amb tal racó o «de cara» al lloc. Els «fronts» dels participants són paral·lels. Cadascú girarà més o menys per arribar a l'orientació requerida (vegeu figura 392).

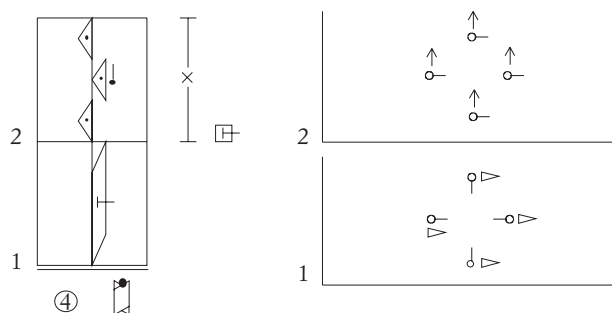


Figura 392. Un grup de quatre persones de cara al centre; cadascuna gira sobre el peu dret en el sentit horari fins a arribar de perfil, i fa tres passos petits cap a l'esquerra. Les orientacions convergents del grup es tornen paral·leles

257. Cada participant del grup té, a l'inici, una orientació diferent i gira sobre si mateix per prendre la mateixa orientació en relació amb un punt determinat (punt focal). Aquesta volta s'escriu amb un signe de volta col·locat en una columna de transferència, i al damunt es col·loca un punt negre que representa el centre del cercle cap al qual es dirigeix, o qualsevol altre punt focal prèviament identificat. Cada participant girarà més o menys per arribar a aquesta orientació i tots els «fronts» seran divergents o convergents (vegeu figura 393).

Nota. Per a les voltes en relació amb els eixos dels lloc d'evolució i per a les voltes en relació amb un punt focal, si el sentit de volta es deixa a l'elecció de l'executant, s'inscriurà en la columna de transferència un signe de volta compost (\square); se suposa que cada participant prendrà el camí més curt.

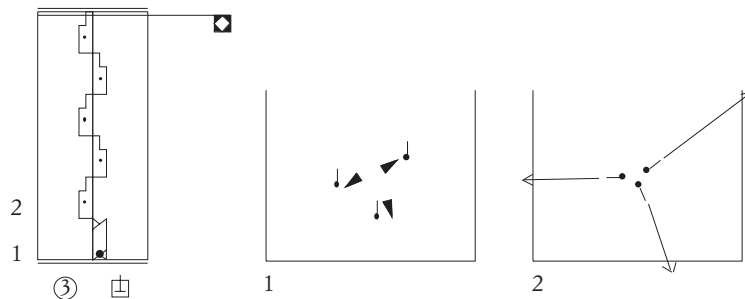


Figura 393. Un grup es dispersa en el lloc d'evolució; tots els participants tenen una orientació idèntica. Cadascú gira sobre si mateix per arribar amb l'esquena orientada cap al centre i després se'n va. L'elecció del sentit de la volta es deixa a la lliure elecció de l'interpret

262

Moviments especials de grup

258. Un grup pot desplaçar-se o canviar de forma per altres mitjans més o menys complexos. Aquestes evolucions són força nombroses; aquí només se'n tractaran dos exemples:

- el desplegament i el replegament,
- l'enrotllament i el desenrotllament.

El desplegament i el replegament

259. Sense canviar de forma, un grup pot engrandir-se o empètir-se. Els passos inscrits en el pentagrama es refereixen al centre del grup; els altres participants han d'ajustar les direccions i la longitud dels passos segons el trajecte a recórrer. A la dreta del pentagrama es troba un signe de trajecte recte en el qual es col·loca un signe d'amplitud en un petit cercle, el qual està inclòs en un signe de crescendo.

El signe de poca amplitud col·locat en el petit cercle significa replegament, estrènyer la forma del grup.

Un signe de gran amplitud col·locat en un petit cercle en significa l'engrandiment.

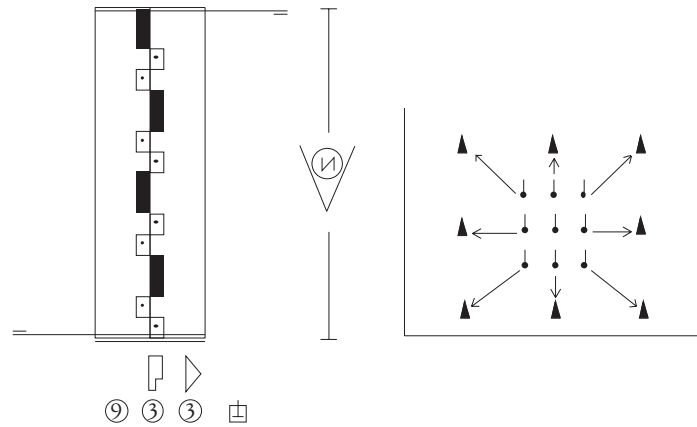


Figura 394. Un grup de nou persones s'amplia al voltant del personatge central; cada persona prendrà una direcció de passos distints representada sobre el pla del trajecte amb fletxes

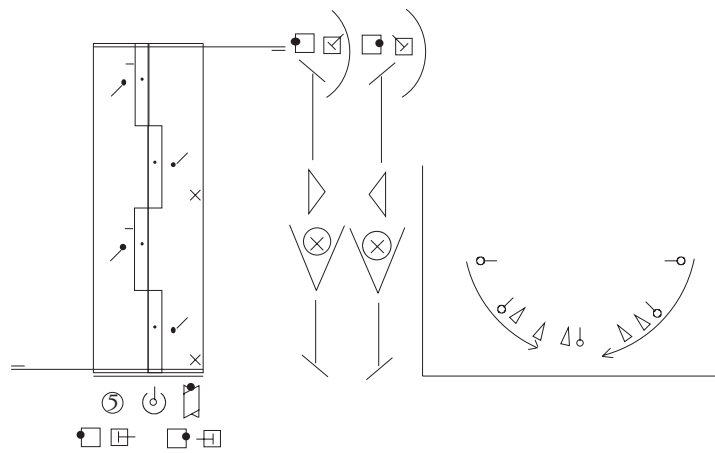


Figura 395. Cinc noies en semicercle, de cara al centre, s'acosten progressivament l'una a l'altra

El cargolament i el desencargolament

260. Aquest moviment consisteix, per a una línia de persones, a cargolar-se d'una part i d'una altra, per tancar-se en un cercle i viceversa. S'utilitza un signe especial que es representa així:

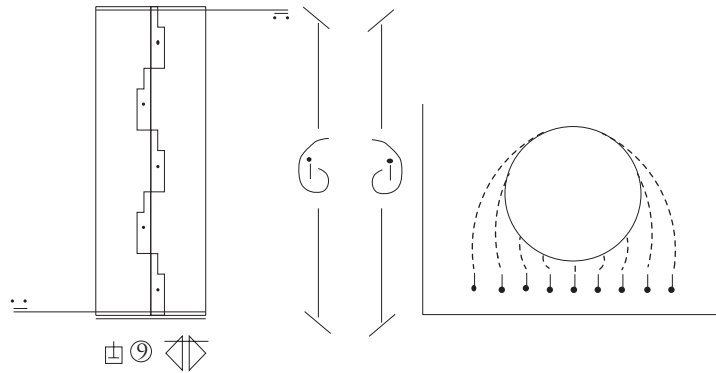


cargolament cap a la dreta



cargolament cap a l'esquerra

Per al desenrotllament s'inverteixen els signes. A l'interior d'aquest signe hi ha una agulla negra que representa el grau del canvi. Els signes es col·loquen en el signe del trajecte circular. Les persones situades en els extrems guien; el motiu dels passos està escrit per a elles; la persona que és en el centre gairebé no es desplaça.



264

Figura 396. Nou persones, en línia, de front, a partir dels extrems de la línia convergeixen per formar un cercle

Nota. Els motius utilitzats en els exemples d'aquest capítol són molt senzills a fi de facilitar la comprensió de les evolucions.

LA SIMBOLITZACIÓ DEL MOVIMENT DANSAT (SMD)

INTRODUCCIÓ

La simbolització del moviment dansat (SMD) és un sistema constituït per un conjunt de signes directament sorgits de la notació de R. Laban. Està destinada a descriure «el motiu» d'una sèrie de moviments, així com la trama i l'estructura sense entrar en el detall analític aprofundit dels desplaçaments del cos sencer i de cada una de les seves parts, com és el cas de la *Cinetografia Laban/Labanotation*.

La simbolització del moviment dansat (SMD) permet introduir propostes de moviments. És una eina ideal que serveix d'ajuda en tota mena d'exercicis d'improvisació l'objectiu primordial dels quals és el desenvolupament del potencial creatiu de l'executant. La simbolització del moviment dansat també facilita la traducció succinta de seqüències de moviments ja elaborades. És una eina referencial per a les classes d'improvisació i composició. Permet construir bastides composicionals i registrar i comparar estructures, si és el cas. Es fa servir, avui, en les classes de nens petits on el desenvolupament del potencial creatiu és el més important.

La interpretació dels símbols es deixa a criteri de l'executant, a qui s'ofereix un quadre referencial que es fonamenta sobre paràmetres elementals d'espai ocupat, de temps impartit, d'accions primàries del cos sencer o de les parts del cos en moviment, de relacions amb l'espai circumdant o bé amb un participant o amb diversos, de dinàmica, etc.

La simbolització del moviment dansat ha estat desenvolupada a Anglaterra per Valerie Preston-Dunlop, sota la denominació de Motif Writing, ampliada després per Ann Hutchinson Guest i difosa sota el nom de Motif-Description a Anglaterra, els Estats Units i el Canadà (vegeu «Bibliografia»).

Les nocions abordades són exposades breument, i permeten a cadascú un espai de reflexió propi i un desenvolupament ulterior.

Tot moviment, desplaçant el pes del cos o bé executat per qualsevol part del cos, provoca una «acció» més o menys diferenciada, orientada, focalitzada. Són aquestes diferents accions les que es transcriuen tan globalment com és possible, de manera que cadascú les interpreti amb llibertat.

Jacqueline Challet-Haas

L'ACCIÓ EN GENERAL

1. El signe de base és un traç vertical (vegeu figura 1).
Significa «qualsevol acció» feta pel cos sencer o bé per una de les parts del cos.

269



Figura 1

2. Aquest traç vertical s'estira seguint el temps impartit per realitzar l'acció.
La llargada proporcional de cada traç significa la durada. Si és necessari, es pot fer servir una escala de valors (vegeu figura 2).



Figura 2

3. La lectura de les accions successives es fa de baix a dalt de la pàgina escrita, com si el seu encadenament es desenvolupés davant (vegeu figura 3).



Figura 3

270

4. L'inici –com el final– dels moviments està indicat per un doble traç horitzontal. Si les frases de moviment han d'estar indicades, els traços senzills horitzontals en punteu-en el desenvolupament (vegeu figura 4).

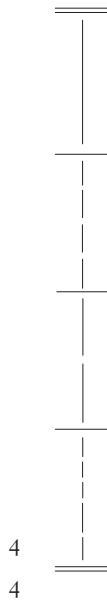


Figura 4

Nota. La correspondència amb l'acompanyament musical és igualment possible; en aquest cas, les barres horitzontals es corresponen amb les barres del compàs de la música.

5. L'aturada d'una acció s'indica amb el signe ○
L'espai entre aquest signe i el signe d'acció següent precisa la durada de l'aturada. El ritme de les accions es desenvolupa al llarg del paper: és visible (vegeu figura 5).

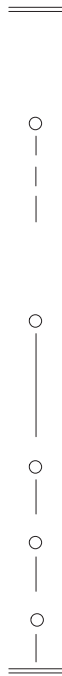


Figura 5

EL TRAJECTE, EL CAMÍ RECORREGUT

272

6. Tota acció implica un desplaçament: desplaçament d'un segment del cos o desplaçament de tot el cos.

El desplaçament de tot el cos traça sobre la superfície d'evolució un trajecte. Aquest trajecte pot ser rectilini, curvilini o bé compost de les dues formes.

El signe de trajecte és un traç d'acció tancat en els dos extrems per petits traços horitzontals (trajecte rectilini), bisellats (trajecte curvilini en el sentit de les agulles del rellotge o en el sentit invers) o bé arrodonits (trajecte a escollir) (vegeu figura 6).

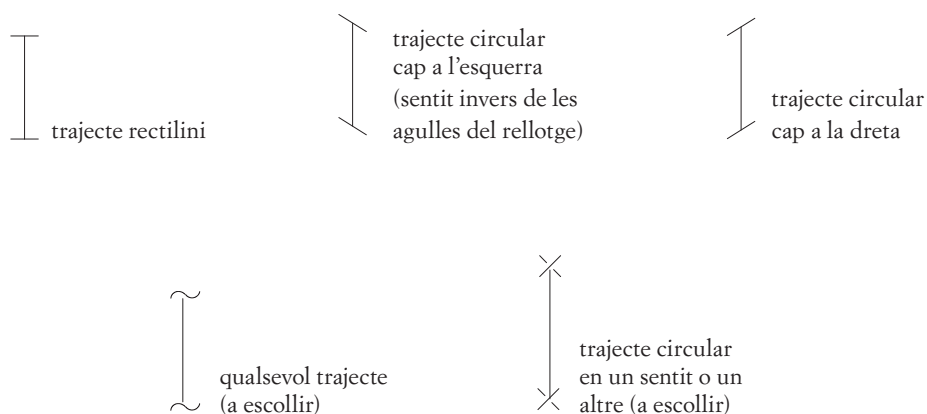


Figura 6

7. La llargada d'un signe de trajecte indica la durada. L'aturada s'indica amb el signe \circ col·locat al capdamunt del signe de trajecte.

La successió de trajectes, de formes i llargades variables, forma un dibuix particular sobre la superfície d'evolució que variarà segons la tria de cada executant (vegeu la figura 7).

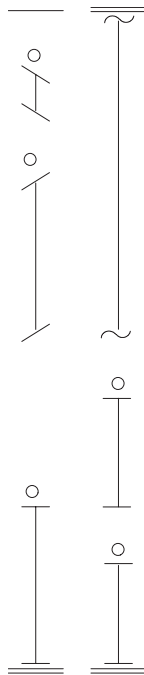


Figura 7

8. Diverses accions poden combinar-se amb diversos trajectes. L'alternança d'accions variables, de trajectes i d'aturades creen «frases de moviments» en les quals es proposa el ritme, però la forma pot ser escollida per l'executant (vegeu figura 8).

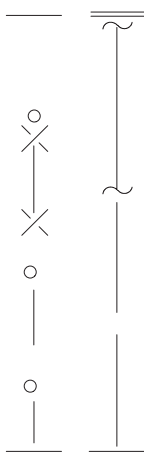


Figura 8

Nota. Un sol traç a dalt de la pàgina significa que la seqüència segueix en el pentagrama següent (vegeu figures 7 i 8).

LA DIRECCIÓ D'UNA ACCIÓ

274

9. L'apreciació del món circumdant és deguda a diversos factors:

- la referència del pes,
- la situació vertical de la nostra locomoció habitual,
- la determinació del nostre «davant» a causa de la posició dels ulls.

Les direccions principals es dedueixen d'aquests factors i del volum espacial que ocupa el nostre cos.

Aquestes direccions són: «alt» i «baix», situades en un pla vertical; «davant» i «darrere», situades en un pla sagital; «dreta» i «esquerra», situades en un pla lateral. Les direccions s'indiquen amb signes derivats d'un rectangle retallat amb acoloriments diferents segons que el nivell sigui «alt», «mitjà» o «baix» (vegeu figura 9).

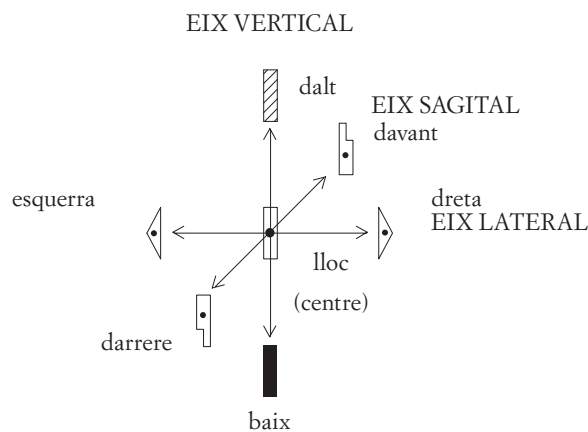


Figura 9

10. Les cantonades dels tres plans defineixen una direcció possible de l'espai que nosaltres ocupem. El conjunt constitueix la nostra kinesfera,* que segueix els tres eixos principals, els diàmetres i les diagonals dels tres plans (vegeu figura 10).

* Adaptació del mot 'kinesfera' (N. del t.).

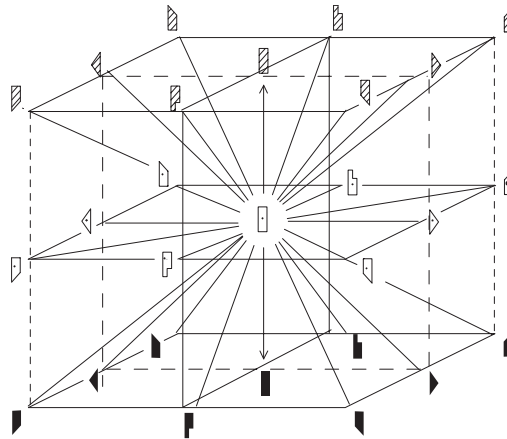


Figura 10

11. Una acció pot ser, aleshores, precisa en direcció i durada. Aquesta acció pot ser executada per tot el cos o per una part o més del cos, segons l'executant. És un moviment sense desplaçament del centre de gravetat (vegeu figura 11).

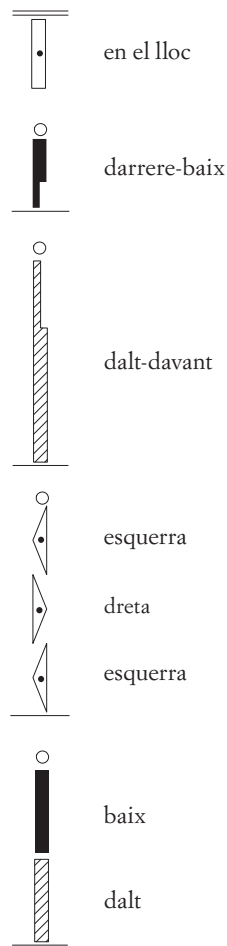


Figura 11

LA DIRECCIÓ DEL TRAJECTE

276

12. Contràriament al gest que pot ser desenvolupat en volum i implica un moviment de tot el cos o una part del cos, el trajecte es desenvolupa en una superfície plana (habitualment) i implica el desplaçament del pes del cos (del centre de gravetat). Inserint a l'interior del signe de trajecte un signe de direcció buit (neutre), es determina la direcció del trajecte (vegeu figura 12).

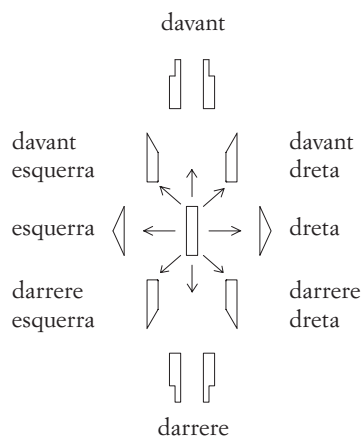


Figura 12

13. Les accions es poden barrejar, successivament o simultàniament, amb els trajectes segons la successió i l'emplaçament dels signes (vegeu figura 13).

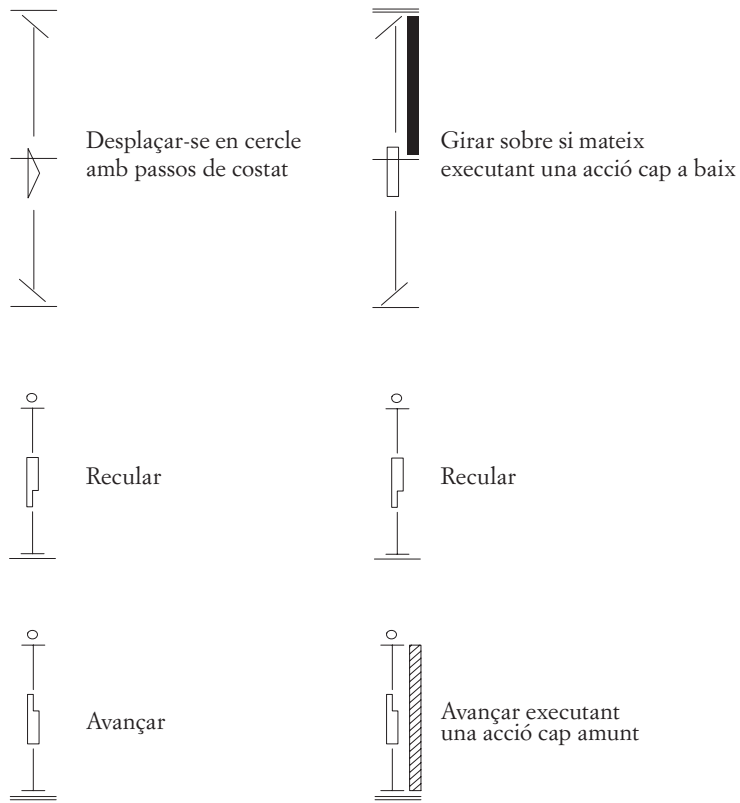


Figura 13

LA VOLTA, L'ORIENTACIÓ

- 278 14. Als gestos i als desplaçaments de tot el cos, s'hi pot associar la noció de volta, amb un pivot i sobre el lloc.
 El signe de volta deriva del signe de direcció i està bisellat pels dos extrems per indicar una volta en el sentit de les agulles del rellotge o bé en el sentit invers (vegeu figura 14 i figura 6).



Figura 14

15. El fet de girar implica un canvi d'orientació, que és el resultat d'un grau de volta més o menys gran. El canvi d'orientació és representat, si n'hi ha necessitat, per la inserció en el signe de volta d'una agulla amb el cap negre (segons la imatge d'una agulla de rellotge), que definirà el grau de volta a efectuar sigui en el sentit de les agulles del rellotge, sigui en sentit oposat (vegeu figura 15).

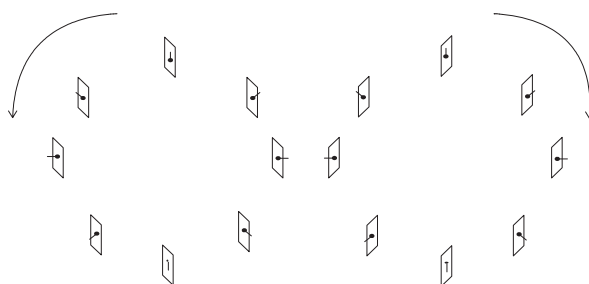


Figura 15

16. Si l'orientació de la seqüència a executar té importància en un moment determinat, s'hi pot adjuntar un signe de front.

El signe de front està representat per un quadre petit que figura el lloc d'evolució. El traç superior del quadrat representa la cara de referència: públic, mirall de la sala de classe, porta principal, etc.

En aquest quadrat s'insereix una agulla de cap pla que representa la paret o la cantonada vers la qual l'executant estarà encarat al final de la volta (vegeu figura 16).

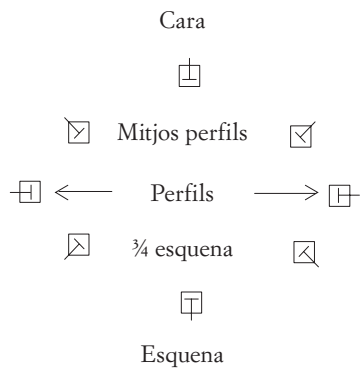


Figura 16

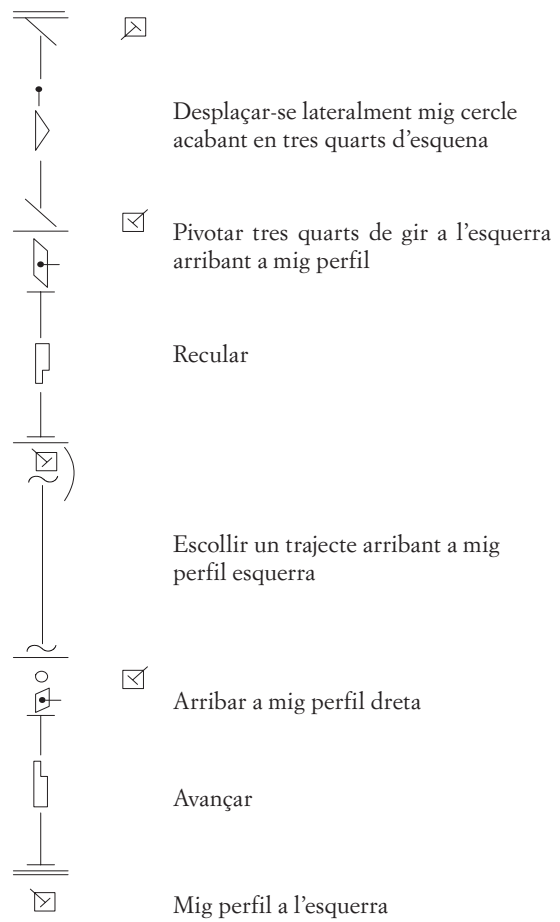
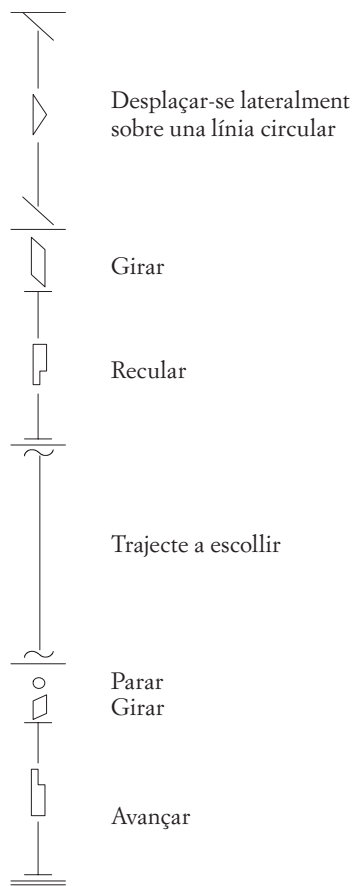


Figura 17. Encadenament de trajectes rectilinis i curvilinis i de girs, en què els graus i les orientacions resultants són escollits per l'executant

Figura 18. Hi ha una orientació definida a l'inici de la seqüència de la figura; els graus de gir i del recorregut circular han estat afegits, així com els canvis d'orientació resultants

EL SALT

17. Entre les accions de base, com ara moure's o desplaçar-se, també hi ha la de saltar.

281

El salt comporta tres fases: la impulsió, la suspensió i la recepció. Aquestes tres fases estan representades per dos petits traços d'acció separats, però lligats per dos arcs verticals. Els dos traços representen la fase d'impuls i de recepció; l'interval figura la fase de suspensió i la llargada de l'interval indica l'amplitud del salt (vegeu figura 19).

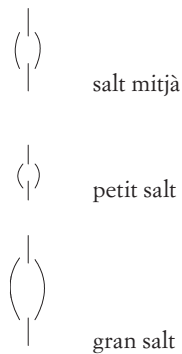


Figura 19

18. Els salts poden estar associats a dues accions diverses i/o a dos trajectes (vegeu figura 20).

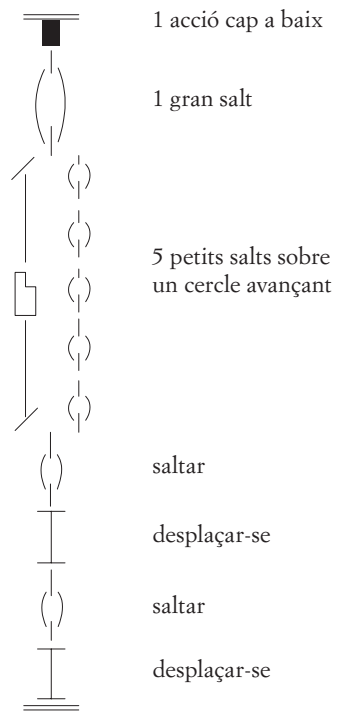


Figura 20

ENCONGIR-SE, ESTIRAR-SE, ENCORBAR-SE

19. A les accions precedents es pot adjuntar l'acció d'estirar-se o de replegar-se, a fi d'ocupar més o menys espai en el si de la nostra cinesfera. Aquesta noció és representada per dos signes de base:

283

× ocupar menys espai, ja sigui encongingent-se o bé replegant una part del cos

∨ ocupar més espai, ja sigui estirant-se o bé estirant una part del cos

Aquests dos signes comporten dos graus:

× una mica replegat ⊗ molt replegat

∨ una mica estirat ∕ molt estirat

Figura 21

20. Utilitzats aïlladament, representen una acció breu. Per representar una acció més o menys llarga, s'insereixen en un signe de creixement o es lliguen a un traç d'acció.

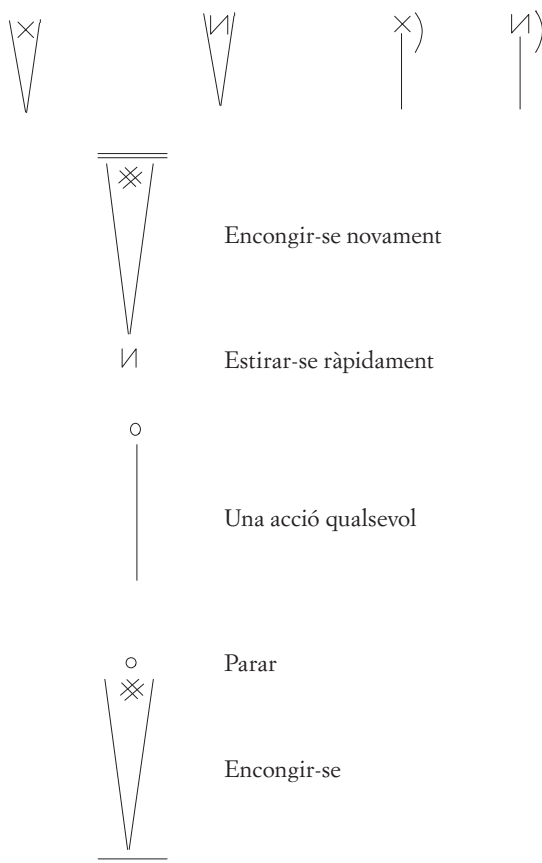


Figura 22

21. Hi ha dues maneres possibles de replegar-se: aproximant les dues extremitats (del cos o d'un segment del cos) simultàniament, o bé aproximant l'extremitat lliure vers l'extremitat fixa, com en el cas d'encorbar-se. Per representar aquesta acció, el signe × queda amputat per la meitat segons la direcció de l'encorbament:

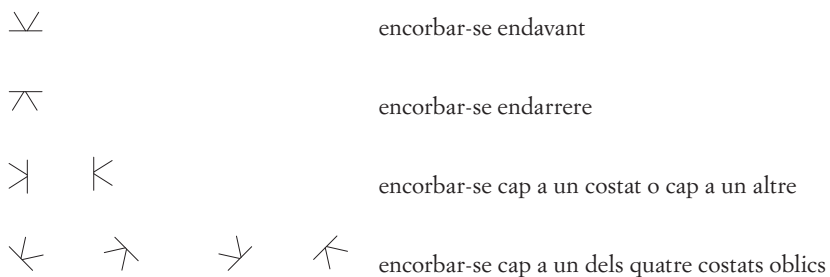


Figura 23

22. Com els signes precedents, aïllats representen una acció breu; inserits en un signe de creixement o bé lligats a un traç d'acció defineixen la llargada d'una acció. Un retorn a l'estat normal és representat per un signe de decrescendo buit més o menys llarg segons la durada de l'anul·lació (vegeu figura 24).

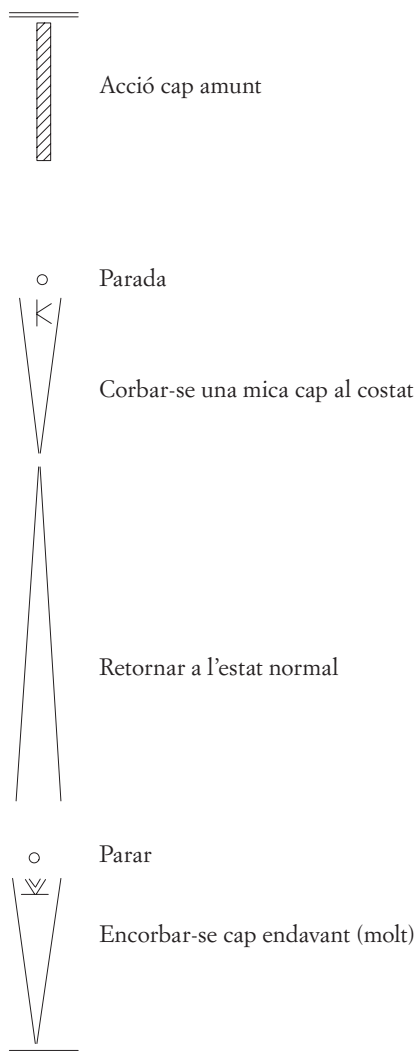


Figura 24

Nota. Un segon grau de curvatura no és aplicable sinó endavant ∨ o bé endarrere ≋ per raons anatòmiques.

APROXIMAR-SE, ALLUNYAR-SE, ABASTAR

- 286 23. Altres accions com aproximar-se a algú o a alguna cosa, allunyar-se'n o abastar poden enriquir una proposició i/o precisar-la per subratllar-ne la intenció.
- a) Aproximar-se o allunyar-se d'algú o d'alguna cosa*
Aquestes accions són representades per un signe de crescendo per aproximar-se a i per un signe de decrescendo per allunyar-se de, en el qual s'insereix una lletra, una sigla, una indicació de lloc, etc. Una lletra, per exemple P, per designar l'acompanyant, col·locada dins del signe de crescendo o decrescendo indica un gest per adreçar-s'hi o allunyar-se'n. La llargada del signe de crescendo o de decrescendo indica la durada de l'acció (vegeu figura 25).
Aquest conjunt inserit dins d'un signe de recorregut precisa quina mena de trajecte s'ha d'efectuar per aproximar-se o allunyar-se de l'acompanyant.
- b) Abastar algú o alguna cosa*
Si la lletra P (o qualsevol altra lletra o sigla definides) és col·locada sobre el signe de trajecte i lligada a aquest per un petit arc vertical, l'executant haurà d'abastar la seva parella segons el trajecte indicat (vegeu figura 25).

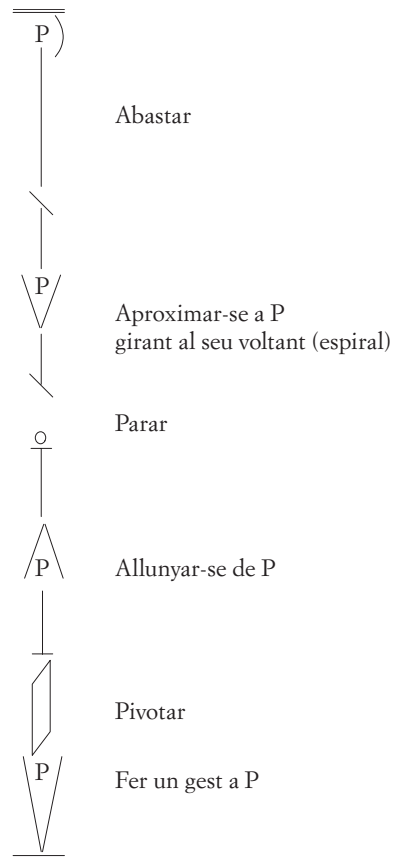


Figura 25

LES INDICACIONS DE LLOC

- 288 24. A la manera de la imatge de front (vegeu «La volta, l'orientació», paràgraf 16), el lloc d'evolució és representat per un quadrat. El traç superior del quadrat representa, aquí també, la cara de referència: el públic, el mirall d'una sala de classes, la porta principal, etc.
La part fosca d'aquest quadrat representa la porció del lloc d'evolució:

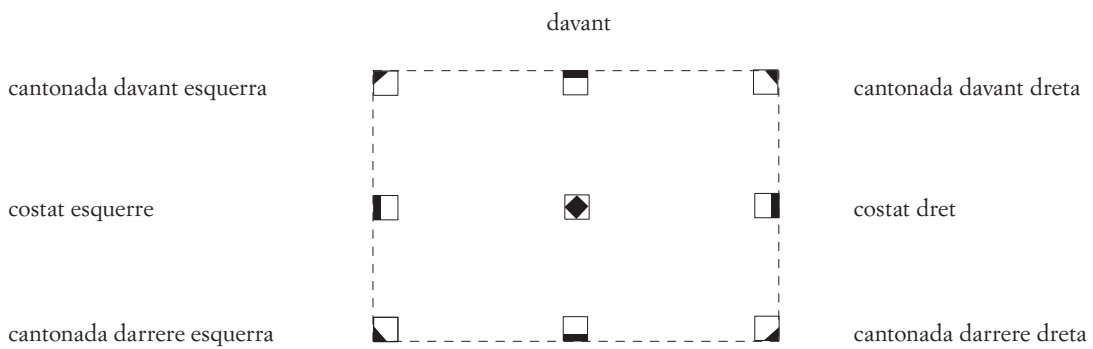


Figura 26

25. Un signe de lloc col·locat a l'inici d'un encadenament representa la situació des de la qual s'inicia. Col·locat al final de l'encadenament, precisa el lloc d'arribada.

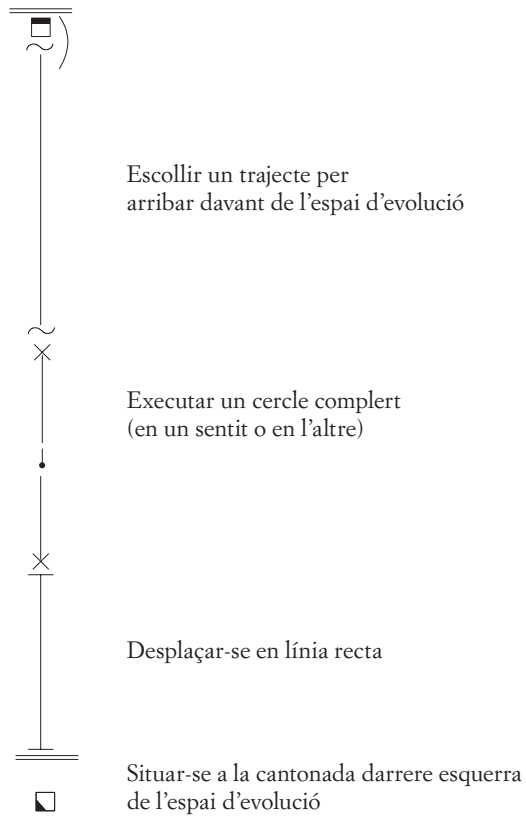


Figura 27

ELS SIGNES DEL COS

290 26. Cada articulació del cos té un signe. El conjunt de signes es distribueixen per famílies: les parts del cos i del cap, els membres superiors i els membres inferiors:



































| | | | | | |
|---|---|---|---|----------------|---|
| 1. El cap |  | la cara |  | | |
| 2. El tronc |  | la cara anterior del tronc |  | l'esquena |  |
| el tòrax |  | el centre de gravetat |  | | |
| la pelvis |  | | | | |
| 3. Els braços (costats esquerre i dret) |  |  | | els dos braços |  |
| les espatlles |  |  | | | |
| els colzes |  |  | | | |
| els canells |  |  | | | |
| les mans |  |  | | les dues mans |  |
| les palmes |  |  | | | |
| 4. Les cames |  |  | | les dues cames |  |
| els malucs |  |  | | | |
| els genolls |  |  | | | |
| els turmells |  |  | | | |
| els peus |  |  | | els dos peus |  |

Figura 28

Els signes del cos permeten indicar, si cal, algunes precisions complementàries:

- els contactes (vegeu «La noció de relació»),
- els recolzaments (vegeu «Els recolzaments múltiples»),
- les iniciacions dels moviments.

LA NOCIÓ DE RELACIÓ

292 27. Com a la notació elaborada (*Cinetografia Laban / Labanotation*), les indicacions successives precisen el desenvolupament de les accions i la llargada variable de les indicacions defineix la durada de les accions. Les indicacions escrites de costat, contràriament, precisen la simultaneïtat dels seus efectes.

Els signes de relació, per la seva forma horitzontal, permeten indicar puntualment els moments relacionals en el desenvolupament de les accions.

Aquests signes de relació, amb forma d'arc horitzontal, es presenten de tres maneres: arrodonida, angular i en forma de cullera:

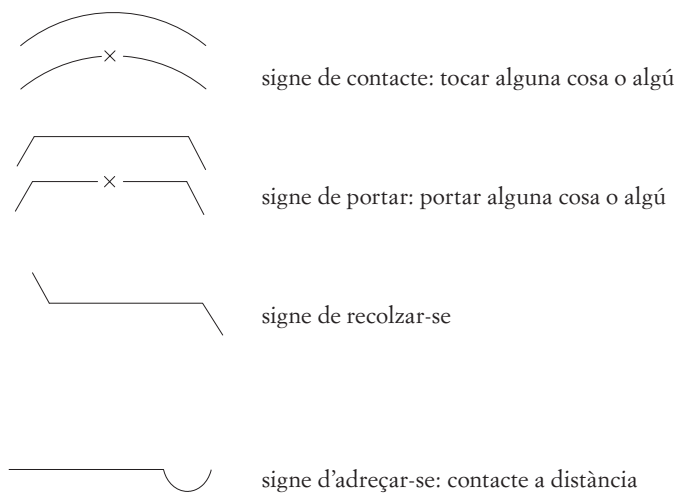


Figura 29

Cal tenir en compte que la creu \times inserida en els signes de tocar i de portar indica un moviment d'agafar, com ara prendre la mà d'algú o portar un sac.

28. Els signes del cos col·locats en una extremitat o una altra del signe de contacte indiquen, respectivament, les parts del cos implicades. Els contactes són momentanis.

29. Un signe de pausa col·locat sobre un signe de contacte indica que el contacte es manté fins a l'aparició del signe de deixar l'agafada: \sim (vegeu figura 30).

30. Si dues persones o més executen conjuntament una línia de moviment feta per a cadascuna d'elles, els diferents pentagrames són relligats per un traç horitzontal sota la pàgina (vegeu figura 31).

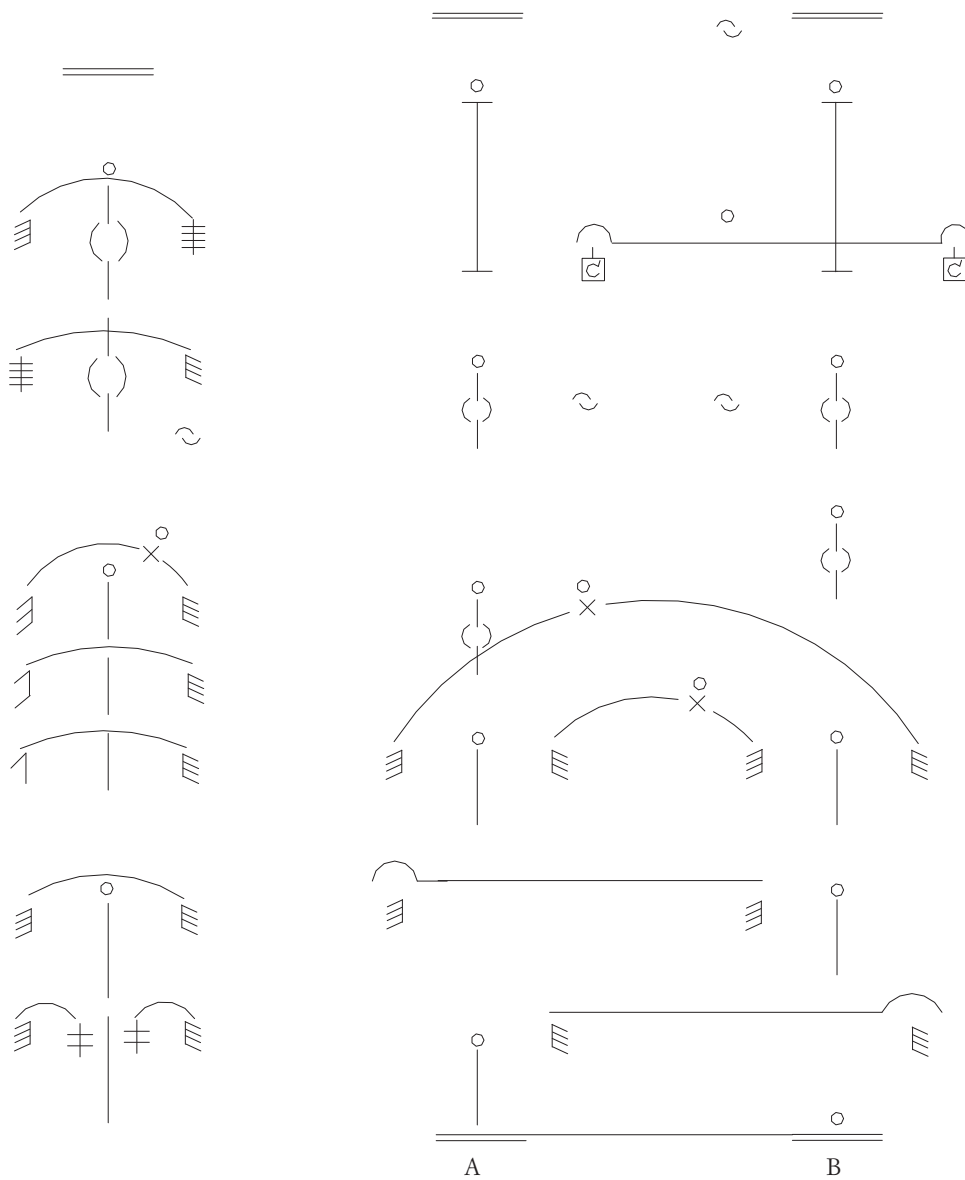


Figura 30

Figura 31

ELS RECOLZAMENTS MÚLTIPLES

- 294 31. Si no es fa cap precisió, se sobreentén que els executants es recolzen sobre els peus, que és la manera habitual de locomoció.
- Un recolzament sobre una altra part del cos és indicada pel signe del cos adequat col·locat a l'extrem del signe de portar, al més a prop possible de la línia de moviment. Si la tria es deixa en mans de l'executant, s'escriu el signe ab lib. \wr en el lloc del signe del cos. A l'altre extrem s'inscriu el suport: el terra o un altre.
- Per convenció, el signe del terra \boxed{T} se sobreentén la majoria de les vegades i un signe de recolzament acabat «en el buit» indica un recolzament en el terra (vegeu figura 32).

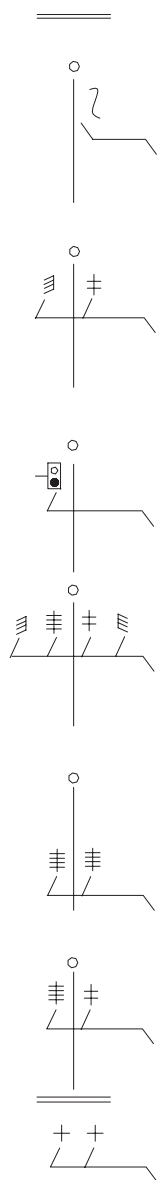


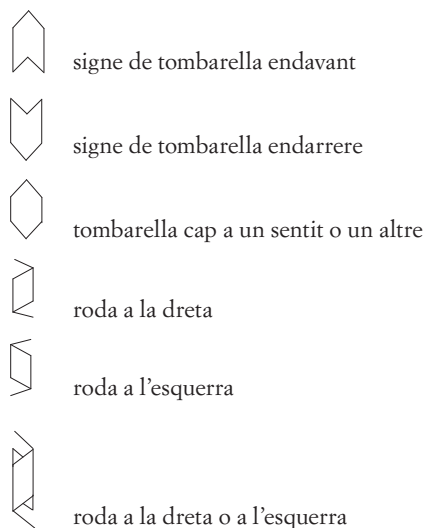
Figura 32

LES ALTRES FORMES DE VOLTA

296 32. En posició dret, la forma de volta més usual és pivotar sobre un peu o dos, o la volta saltada (vegeu «La volta, l'orientació»), que és un gir al voltant d'un eix longitudinal; però també es pot girar al voltant del nostre eix lateral: una tombarella rodolant per terra o saltada (salt mortal).

I també es pot girar al voltant de l'eix sagital, fet que es dóna en diferents menes de rodes.

Les formes de volta són representades pels signes sorgits del signe de base:



Un signe «lateral» permet deixar triar qualsevol mena de gir: 

Figura 33

33. Si hom es col·loca en una altra situació que la de dret –ajagut, per exemple– també es pot voltar de diverses maneres:

- al voltant de l'eix longitudinal del cos: el resultat és una volta com una bóta.
- al voltant de l'eix sagital, o al voltant de l'eix lateral, segons la cara del cos sobre la qual es reposa (vegeu figura 34).

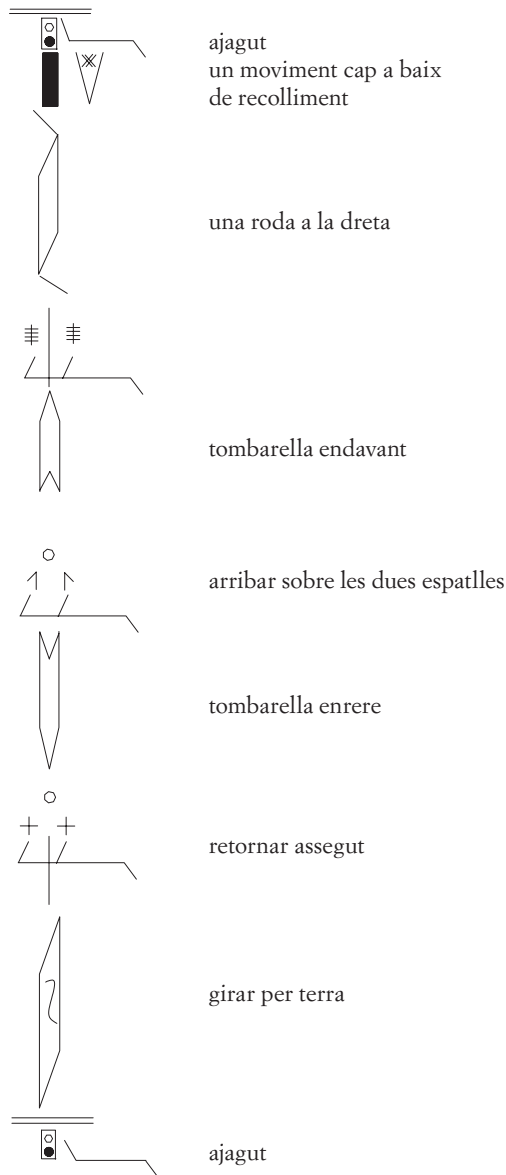


Figura 34

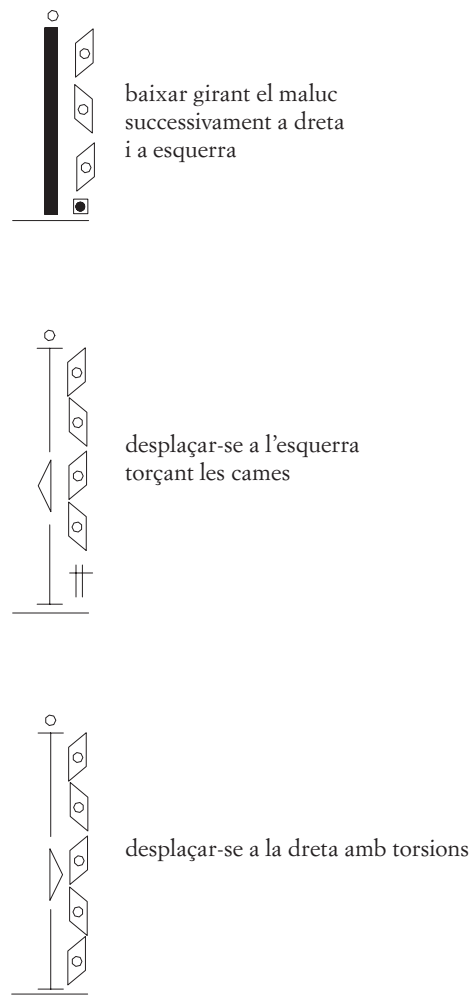


Figura 35

34. Una altra forma de volta comporta la rotació: un moviment de torsió al voltant d'un eix longitudinal, ja sigui d'una part del cos o de tot el cos sencer, però sense canvi d'orientació, com és el cas d'un gir normal.

Una rotació s'escriu amb un signe de gir que conté una petita \circ (per distingir-lo d'un signe de volta, que conté una agulla amb cap negre o pla) (paràgraf 15) (vegeu figura 35).

LES INICIACIONS DELS MOVIMENTS O CONDUCCIONS

35. En l'execució d'un moviment, aquest pot ser iniciat per una part del cos, en el sentit que aquesta part del cos arrossega l'acció, la porta. Un signe de cos situat dins d'un arc vertical precisa quina part del cos és el motor que resol l'acció. La llargada de l'arc indica la durada de la conducció (vegeu figura 36).

299

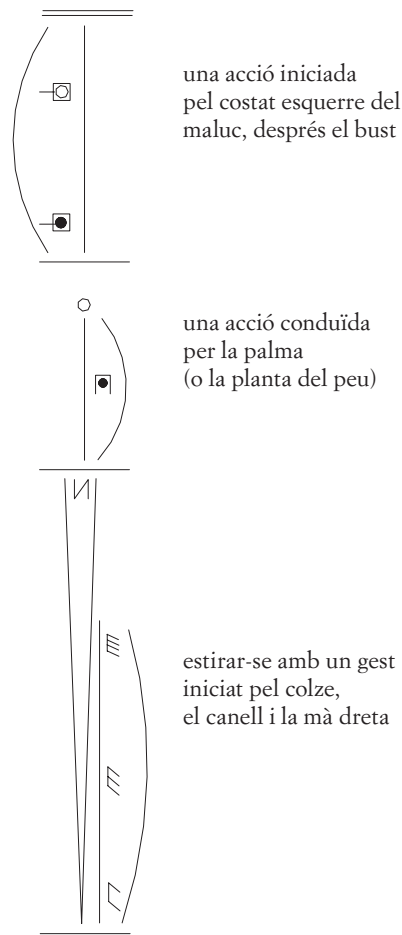


Figura 36

36. Si el signe del centre de gravetat: ● apareix dins d'un arc vertical, significa una pèrdua d'equilibri: el pes del cos, en ser l'iniciador de l'acció, col·loca el cos en situació d'instabilitat (vegeu figura 37).

300

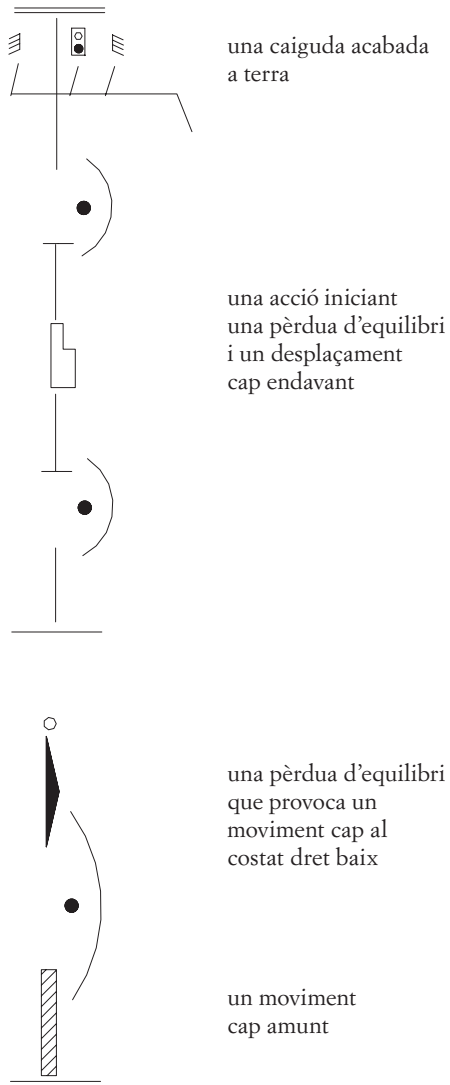


Figura 37

LA NOCIÓ DE DINÀMICA

37. La part del cos implicada en una acció, el pes d'aquesta part, la velocitat d'execució, el punt d'inici i el punt d'arribada en l'espai contribueixen a acolorir l'execució d'un moviment, d'una acció. El color dóna el to i aporta allò que hom anomena les qualitats dinàmiques d'un moviment.

301

Hí pot haver casos en què una despesa d'energia suplementària introdueixi els canvis i els graus o els canvis de color del moviment efectuat. L'àmbit de la investigació dels lligams és vast i multiforme. Dins d'aquesta introducció a la simbolització del moviment dansat (SMD), només veurem algunes possibilitats que permetran variacions tanmateix subtils.

L'augment o la disminució de la força es pot executar sobtadament i es representa amb «accents». Aquests accents són dos i indiquen una accentuació amb més força o amb menys força. Cada accent té dues tendències: una tendència pesant i una altra de més lleugera.

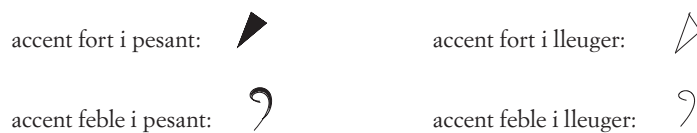


Figura 38

A títol d'exemple, quan hom clava un cop de puny damunt la taula, s'utilitza l'accent fort i pesant; quan hom pica nerviosament amb el llapis sobre una taula, s'utilitza un accent fort i lleuger. Quan hom es deixa caure pesadament damunt d'un sofà, hom utilitza un accent feble i pesant; quan hom deixa anar una mà relaxadament, hom utilitza un accent feble i lleuger.

38. Els accents situats a l'inici, enmig o al final d'una acció precisen el moment en què l'accentuació, l'impuls o l'impacte han de tenir lloc.

39. Els accents combinats representen la noció d'elasticitat en què el més corrent és la combinació d'un impuls fort amb una ressonància més feble (vegeu figura 39).



Figura 38'



Figura 39

40. Quan el creixement d'energia es prolonga, en resulta una tensió. Aquest efecte és representat per un accent situat dins d'un arc vertical, la llargada del qual indica la durada de la tensió (vegeu figura 40).

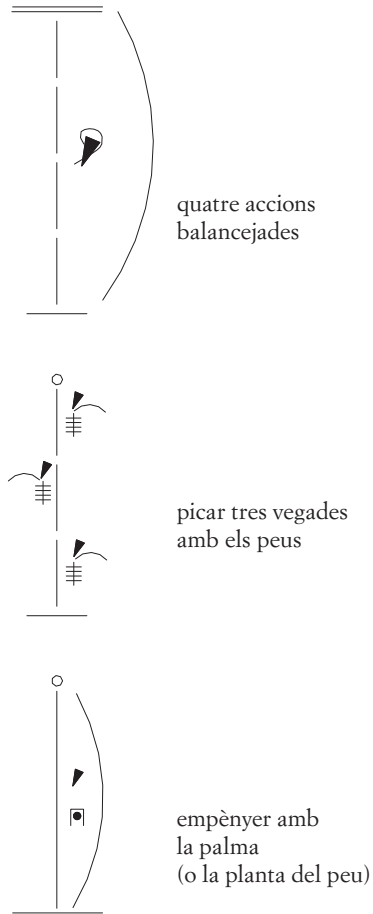


Figura 40

Nota per a les figures 39 i 40. El lloc de l'accent a la dreta o a l'esquerra del traç d'acció indica si l'accentuació és iniciada per una part de la dreta o de l'esquerra del cos.

CONCLUSIÓ

304 El resum de les nocions exposades no és exhaustiu.

Aquest text ha estat concebut de manera voluntàriament senzilla, malgrat la complexitat d'alguns aspectes. És, doncs, una primera aproximació.

Es tracta, essencialment, de desvetllar la reflexió sobre alguns aspectes del moviment i de permetre a cadascú utilitzar-lo segons els seus objectius i les seves necessitats.

La simbolització del moviment dansat (SMD) no és una escriptura del moviment. És un conjunt de símbols que faciliten una observació, una reflexió i una experimentació de factors corporals, espacials, temporals i relacionals. El camp és ampli.

La utilització d'aquests símbols permet conservar el rastre d'una experimentació i d'una improvisació o bé suggerir un esquema per a la composició, entre d'altres aplicacions.

Per a una documentació més àmplia sobre la notació del moviment concebuda per R. Laban i els seus deixebles, es poden consultar els textos de la bibliografia.

BIBLIOGRAFIA

- 306 ECKERLE, CH. *Einführung in die Kinetographie Laban*. Essen, 1996.
Bases de la notació per a principiants.
- ECKERLE, CH. *An introduction to Kinetography Laban*. Essen, 1997.
Traducció de l'obra precedent.
- HUTCHINSON GUEST, A. *Your move*. Londres: Gordon and Breach, 1983.
- HUTCHINSON GUEST, A. *Labanotation*. Nova York: Theatre Arts Books, 1954; Routledge/Theatre Arts Books, 1970.
Gramàtica completa. Manual de notació Laban, des dels fonaments del sistema fins a l'escriptura dels moviments més complexos. L'edició de 1970 conté un prefaci de Georges Balanchine i un pròleg de Rudolf Laban. Glossari dels símbols i índex.
- KNUST, A. *A Dictionary of Kinetography Laban (Labanotation)*. Londres: Mac Donald & Evans, 1979; Poznań: Instytut Choreologii, 1997.
Diccionari complet dels signes, normes i regles de la notació Laban il·lustrat amb exemples i índex.
- LABAN, R. *Laban's Principles of Dance and Movement Notation*. Londres: Mac Donald & Evans, 1956; 1975.
Anotacions de la segona edició: Roderyk Lange.
- LANGE, R. *Podr cznik Kinetografii*. Cracòvia: P.W.M., 1975.
- LANGE, R. «Laban system of movement notation», a *Dance Studies*, núm. 9. CFDS, Jersey C.I. 1985.
Volum de la sèrie *Dance Studies* totalment dedicat a la notació Laban. Roderyk Lange,

BIBLIOGRAFIA

antropòleg de la dansa, en presenta les normes principals. Versió anglesa de l'obra precedent.

PRESTON-DUNLOP, V. *Practical Kinetography Laban*. Londres: Mac Donald & Evans, 1969.

Manual de la notació Laban dedicat a totes les persones que s'interessen pel moviment del cos humà (esportistes, ballarins, etnòlegs, etc.).

PRESTON-DUNLOP, V. *Readers in Kinetography Laban*.

SZENTPÁL, M. *Tancjeliras Laban Kinetografia*, vol. 1-3. Budapest: Nepmuvélesi Propaganda Iroda, 1976.

Gramàtica completa de la notació Laban.

TOPAZ, M. *Elementary Labanotation: a study guide*, 1996.

Manual per al nivell elemental. A més a més, també hi ha una breu història del Dance Notation Bureau de Nova York i algunes notes biogràfiques sobre Laban.

TOPAZ, M. *Intermediate Labanotation: a study guide*. Nova York: DNB, 1973-1980.

Manual per al nivell intermedi.

COL·LECCIÓ MATERIALS PEDAGÒGICS

1. Javier Orduña, *Schiller, escrits dramaturgics*
2. Joan Casas, *Diderot i el teatre*
3. Joan Abellan, *Artaud i el teatre*
4. Marisa Siguán, *L'expressionisme i el teatre*
5. Ramon Simó i Vinyes, *Stanislavski. La tècnica de l'actor*
6. Nathalie Bittoun-Debruyne, *Jean Paul Sartre: per un teatre de situacions*
7. Clara Ubaldina Lorda Mur, *Jean Louis Barrault: teatre i humanisme*
8. Pere Sais, *Grotowski. Del teatre a l'art com a vehicle*
9. Marta Munsó, *Aportacions a una metodologia de la dansa*

Altres títols de la col·lecció Materials Pedagògics

Vito Pandolfi, *Història del teatre*. 3 vol.

Francis Reid, *Il·luminar l'escena: Experiències d'un dissenyador d'il·luminació*

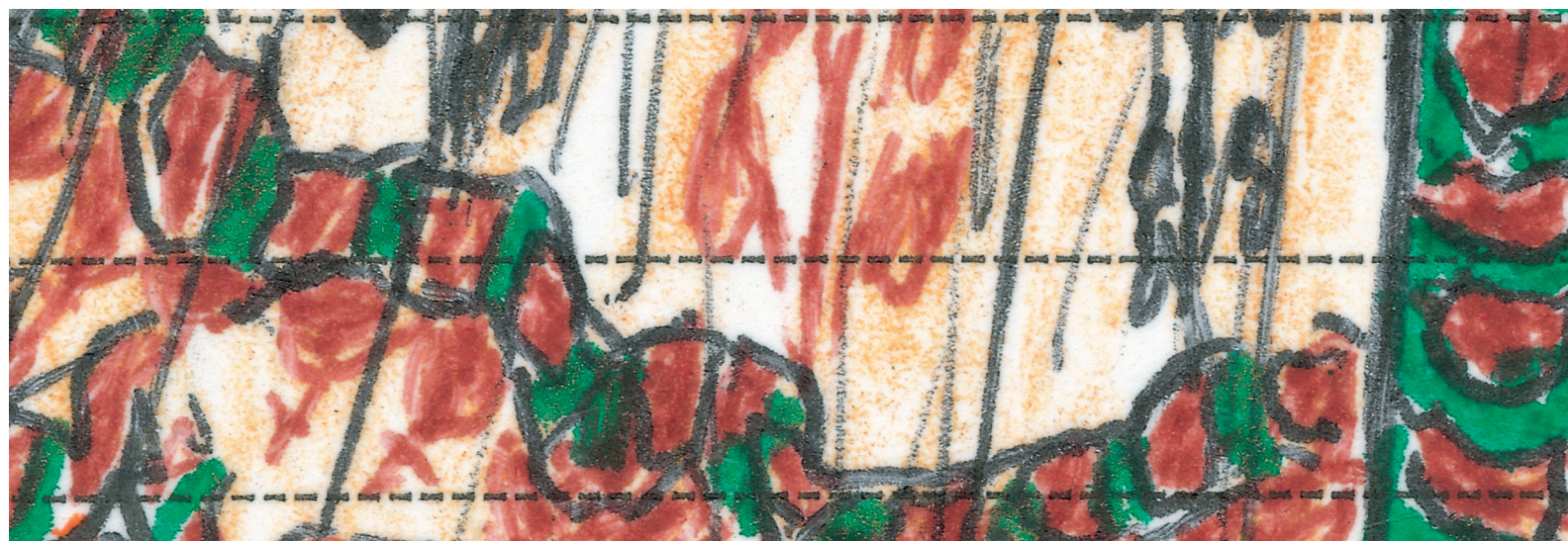
José Sanchis Sinisterra i Jaume Melendres, *Terror i misèria del primer franquisme*

Coralina Colom i Rosa-Victòria Gras, *Exercicis per al laboratori de veu i de dicció*

Josep Mallofré Noya, *Perspectiva i projecció escèniques: Manual pràctic*

Catàleg de publicacions de l'Institut del Teatre

www.diba.cat/libreria/institutdelteatre



Des de l'inici dels estudis superiors de dansa a Catalunya i a l'Institut del Teatre l'any 2001, era imprescindible disposar d'un material pedagògic sobre la notació de la dansa, especialment sobre el sistema creat per Rudolf Laban, a fi de consolidar l'aprenentatge dels alumnes i oferir-lo al públic en general.

L'estudi i la pràctica de la notació permeten connectar el pensament de la dansa amb l'execució de la dansa, impregnada de la passió del moment. Dialogant amb els símbols de la notació, prenem consciència de l'execució del moviment, que podem modificar tantes vegades com calgui fins que la idea i la realitat coincideixin.

J. Hallet-Haas, experta en la notació Laban, ha escrit tres textos que l'expliquen. Aquesta publicació conté els dos volums de la GRAMÀTICA DE LA NOTACIÓ LABAN, en els quals es presenta l'alfabet, les regles gramaticals i la sintaxi dels símbols del sistema de Rudolf Laban, i LA SIMBOLITZACIÓ DEL MOVIMENT DANSAT, una aproximació global al sistema, aplicable en els àmbits de la improvisació, la creació i la composició del moviment.

En definitiva, els tres textos presenten una perspectiva àmplia, detallada i transversal del moviment del cos humà i constitueixen una poderosa eina pedagògica sobre l'escriptura o la reconstrucció del moviment en l'àmbit de la dansa, el teatre i el moviment.

