

Kledingvoorschriften klassiek ballet

Klassiek ballet 1 6 t/m 8 jaar

- Roze balletpak
- Roze balletpanty
- Roze balletrokje
- Roze balletschoenen, leer of canvas
- Haar in een knot

Optioneel: ballet vestje

Klassiek ballet 2 9 t/m 11 jaar

- Zwart balletpak
- Roze balletpanty
- Zwart balletrokje
- Roze balletschoenen, leer of canvas (mag met splitzool)
- Haar in een knot

Optioneel: ballet vestje

Klassiek ballet 3 12 t/m 15 jaar

- Zwart balletpak
- Roze balletpanty (mag met gat in de onderkant voor spitzen)
- Zwart balletrokje
- Roze balletschoenen, leer of canvas (mag met splitzool)
- Haar in een knot

Optioneel: ballet vestje

Klassiek ballet 4 16 t/m 18 jaar

- Zwart balletpak
- Roze balletpanty (mag met gat in de onderkant voor spitzen)
- Zwart balletrokje
- Roze balletschoenen, leer of canvas (mag met splitzool)
- Haar in een knot

Optioneel: ballet vestje

Alle kleding kan aangeschaft worden bij S'aak achter het station. Dit is een danswinkel in Den Bosch. Het adres is [Verlengde Statenlaan 53, 5223 LD 's-Hertogenbosch](https://www.s-aak.nl/)

Wanneer kom je in aanmerking voor spitzen?

Bij klassiek 3 en 4 kun je ervoor kiezen om op spitzen te dansen, mits je daarvoor in aanmerking komt.

Spitzen zijn niet zomaar iets waar iedere danser op mag en kan dansen. Bij weinig ervaring, de voeten nog niet zijn uitgegroeid of wanneer het lijf nog niet sterk genoeg is, is de kans op blessures groot.

In dit geval zal de docent adviseren om nog even te wachten met spitzen en wat meer te trainen.

Wanneer de docent ziet dat de leerling aan spitzen toe is, moet er eerst een check bij de fysiotherapeut gedaan worden. Deze kijkt naar de stand van de enkels en of de enkels sterk genoeg zijn om op spitzen te kunnen dansen. Deze check dient de leerling zelf te laten doen en zit niet bij de cursus inbegrepen.

Als de fysio groen licht geeft, kan de leerling zelf spitzen aanschaffen bij de balletwinkel. Het is belangrijk dat dit bij een goede winkel gedaan wordt waar de juiste maat wordt aangemeten bij de voeten.

Tip: kijk deze video eens waar Igone de Jongh vertelt over spitzen

https://youtu.be/4WshDNI_cvc