

# Polonez | Lekcja 10/10

## Jak tańczyć poloneza krok po kroku

Polonez / lekcja 10

Figury taneczne o charakterze parowo-zespołowym (część 5)

- Szeregami naprzód, szeregami do tyłu
- Zamiana miejsc szeregami
- Wąż
- Wężyk pod bramkami

koncepcja, komentarz: Jan Łosakiewicz;

tańczą: tancerze Zespołu Pieśni i Tańca Uniwersytetu Warszawskiego „Warszawianka”;

muzyka: Przemysław Marcyniak;

konsultacja muzyczna: Tomasz Nowak;

koordynacja: Piotr Skawski

Film zrealizowany przez Instytut Muzyki i Tańca

Polonez to tradycyjny korowodowy polski taniec na 3/4 z synkopowanym rytmem, który jako jeden z nielicznych tańców dawnych zachował popularność do dziś. W Polsce rozkwitł w drugiej połowie XVIII stulecia, stanowiąc element ceremoniału dworskiego i podkreślając jego uroczysty i reprezentacyjny charakter. Czasy największej świetności i popularności poloneza przypadają na okres saski aż do schyłku epoki napoleońskiej.

Więcej informacji o [polonezie](#) w dziale Wiedza/Gatunki/Instrumentalne

Wróć do [poprzedniej](#) lekcji