

# Polonez | Lekcja 4/10

## Jak tańczyć poloneza krok po kroku

### Polonez / lekcja 4

#### Figury taneczne o charakterze parowym (część 1)

- ◆ Po kole
- ◆ Kółeczko
- ◆ Rozejście się partnerów
- ◆ Obrót pary w miejscu w lewo
- ◆ Okrążana

koncepcja, komentarz: Jan Łosakiewicz;

tańczą: Karolina Stańczak i Gabriel Raj, 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.

Przejdź do [następnej](#) lekcji

Wróć do [poprzedniej](#) lekcji