

# détente et souplesse des doigts

Découverte et re-découverte

conservatoire de Bonneuil-sur-Marne avec C Monteil

## TUTO "Souplesse"

on place la main gauche en position I :

*l'objectif est de synchroniser la main droite avec la main gauche*

**je joue la corde à vide avec l'index** ( i = index main droite )

j'appuie avec le **doigt 1** dans la **case I** et simultanément je joue avec le **majeur** ( m = main droite)

je rejoue la **corde à vide** avec l'index

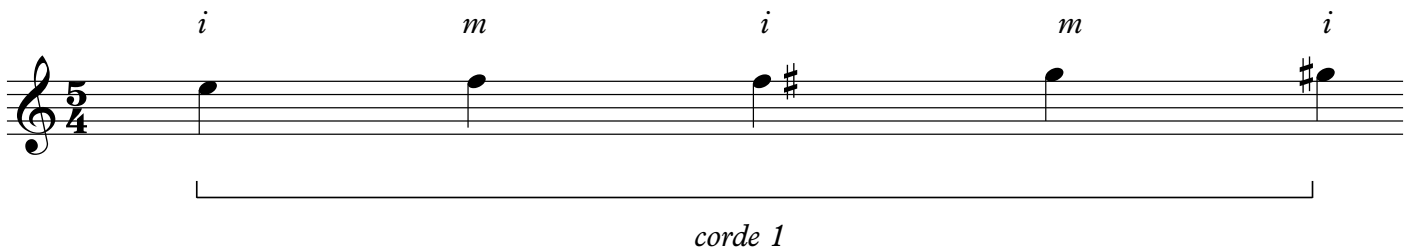
j'appuie avec le **doigt 2** dans la **case II** et simultanément je joue avec le majeur ( m = main droite)

**je rejoue la corde à vide** avec l'index

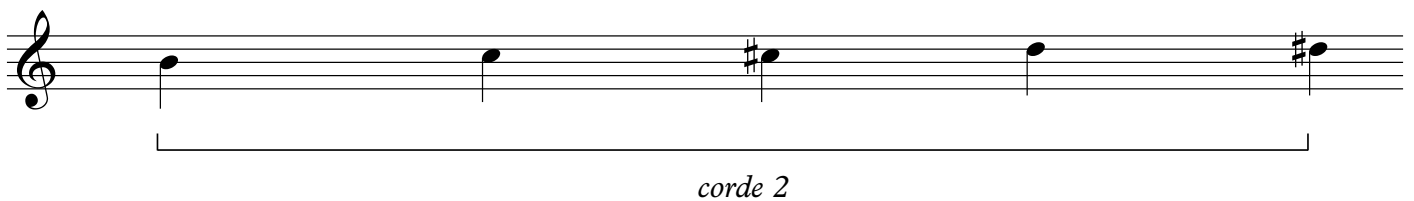
j'appuie avec le **doigt 3** dans la **case III** et simultanément je joue avec le majeur ( m = main droite)

on fait cet exercice jusqu'au doigt 4 (de la main gauche)

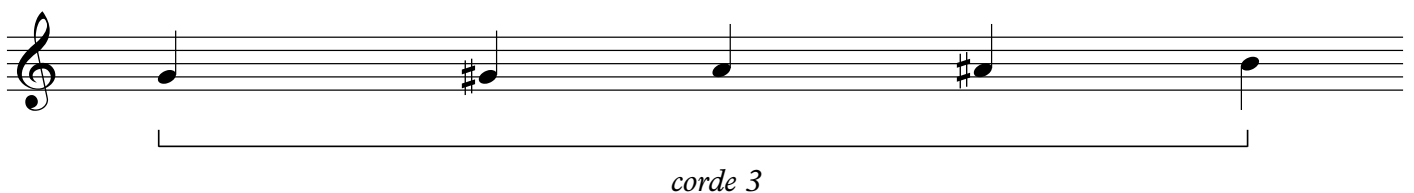
**Très important : les cordes doivent être "frappées" à la main droite exactement en même temps que la note est jouée à la main gauche**



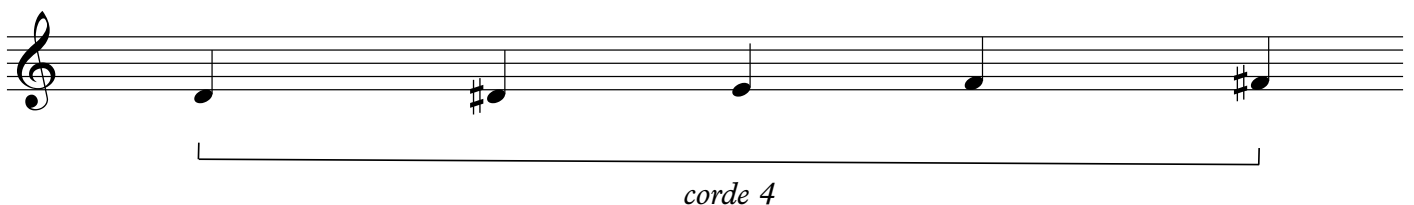
musical notation for string 1 exercise. The staff shows five notes: G (open), A (case I), B (case I), C# (case II), and D (case II). Above the notes are fingerings: i, m, i, m, i. A bracket below the staff is labeled "corde 1".



musical notation for string 2 exercise. The staff shows five notes: G (open), A (case I), B (case I), C# (case II), and D (case II). A bracket below the staff is labeled "corde 2".



musical notation for string 3 exercise. The staff shows five notes: G (open), A (case I), B (case I), C# (case II), and D (case II). A bracket below the staff is labeled "corde 3".



musical notation for string 4 exercise. The staff shows five notes: G (open), A (case I), B (case I), C# (case II), and D (case II). A bracket below the staff is labeled "corde 4".