

4 exercices pour

DOMPTER LES REBONDS

BatterieenLigne.fr

Les exercices sont à réaliser sur un pad d'entraînement ou une caisse claire.

Exercice 1

1. **Tenez la baguette entre le pouce et l'index de votre main droite**
Le pouce est dans l'alignement de la baguette. Il pointe vers le haut.
2. **Donnez un coup de poignet en écrasant la baguette sur le pad**
Pour cela, exercez une pression avec le pouce.
3. **Recommencez plusieurs fois en relâchant progressivement la pression exercée par le pouce**
Plus vous relâchez, plus les rebonds seront espacés.
4. **Recommencez l'exercice jusqu'à trouver une pression qui vous permette de compter les rebonds**
5. **Même exercice avec la main gauche**

Exercice 2

1. **Refaites le geste de l'exercice 1 en appliquant une pression avec le pouce qui vous permette de compter les rebonds**
2. **Arrêtez le geste après le 3^{ème} rebond**
Pour cela, attrapez la baguette à pleine main pour l'empêcher de rebondir à nouveau
3. **Même exercice avec votre main gauche**
4. **Une fois que vous êtes à l'aise, alternez : main droite / main gauche en boucle. Soignez la régularité !**

Exercice 3

Identique à l'exercice 2 en vous limitant à **4 rebonds**.

Exercice 4

Identique à l'exercice 2 en vous limitant à **2 rebonds**.

Note : En alternant 2 frappes main droite / 2 frappes main gauches en continu, vous obtenez un **roulement** (également appelé « **roulé** » ou « **papa maman** »).

Pour aller plus loin

Exercez vous sur **différents types de surface**. En particulier, sur le **charleston** et la **cymbale rythmique**.

Refaites chacun des exercices en faisant **varier l'intensité** des frappes.
Pour obtenir des coups plus forts, démarrez le geste avec la baguette plus haute.

À retenir

On contrôle la **puissance** des coups avec l'**amplitude du geste**
On contrôle la **rapidité** avec la **pression exercée par le pouce**

Remarques

- Cette technique ne fonctionne qu'avec des surfaces qui proposent un rebond (ne marche pas sur un tom basse de batterie acoustique)
- N'utilisez les rebonds que pour obtenir des coups rapides. Pour jouer des coups lents, vous aurez un meilleur contrôle en utilisant le poignet.
- L'intensité des coups décroît au fur et à mesure des rebonds

Envie de (re)partir sur de bonnes bases à la batterie ?

Découvrez le **plan étape par étape** pour maîtriser les **bases** à la batterie :

<http://batterieenligne.fr/48h/?from=pdf1>

(cliquez sur le lien ou bien copier-coller dans le champ « adresse » de votre navigateur Internet)