

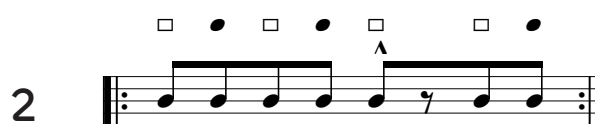
Exercices de caisse



Échauffement

Jouez ces exercices au métronome.

Répétez-les jusqu'à réussir à placer vos coups parfaitement dans le tempo.



4 phrases à travailler

Jouez ces phrases en boucle en augmentant doucement la vitesse

