

Double Pédale

Ce dossier a pour but de vous donner les informations et bases nécessaires pour bien débiter la double-pédale ou double grosse caisse, et donc pour bien progresser. Tout ce qui est contenu ici constitue ma façon d'appréhender la double, ma façon de voir les choses, mais en aucun cas il ne s'agit d'un "modèle" : sachez qu'aucun professeur ne vous fera travailler de la même façon qu'un autre, par conséquent, variez les influences et renseignez vous sur les méthodes de travail que proposent les autres. De même, mes conseils sur les achats, sur les réglages, ne sont que le résultat de ma propre expérience avec la double pédale, et comme tout le monde j'ai fais surement des erreurs. On a tous des choses à apprendre et la méthode parfaite n'existe et n'existera jamais. Mes exercices seront présentés sous formes très sommaires pour des raisons de temps.

I] Pourquoi jouer sur double pédale ?

A question bête, réponse bête : nous avons deux bras et deux jambes , nos deux mains sont sollicitées en permanence, alors pourquoi'on n'utiliser qu'une seule jambe ? Bien que le charleston soit présent, il n'offre pas les possibilités ni techniques ni sonore qu'offre une double pédale. Toute les techniques de caisse claire (rudiments, stick control, appoggiatures, ...) peuvent être utilisées sur une double pédale. A vous les flas, ras de grosse caisse ... De plus, le cout d'achat d'une double a nettement diminué (plus d'informations dans le paragraphe suivant sur l'acquisition de matériel). Donc pourquoi hésiter ? se priver d'une double c'est se priver s'une multitude de nouvelles possibilités de jeu, c'est aussi se priver de sensations fortes !

II] Double pédale ou double GC ?

a) Double grosse caisse

Jouer sur double grosse caisse présente de nombreux avantages :

- > pas de perte de puissance dans la transmission,
- > fluidité optimale de chaque côté
- > aspect de la batterie imposant
- > moins d'entretien

En effet, posséder deux pédales simples présente moins de risque de casse que de posséder une double, dont les pièces auront tendance à s'user facilement, et qui coutent cher à remplacer. Par contre, 2 inconvénients majeurs de double grosse caisse : c'est très dur à transporter et très long à régler pour obtenir le même son de chaque côté. Et si le cout d'entretien est moindre, il faut quand même se payer deux GC, ce qui n'est pas toujours donné !

b) Double pédale

Avantages :

- > facile à transporter
- > facile à monter et à démonter
- > facile à régler

En dehors de ces avantages pratiques, la double pédale n'a aucun des avantages de

la double grosse caisse : perte quasi-obligatoire de puissance sur le pied gauche, fluidité réduite, pièces souvent très fragiles et très couteuses, prix ...

c) Le choix

Il se fera donc uniquement en fonction de vos moyens personnels. Si vous avez la possibilité de déplacer facilement une grosse batterie, si vous avez le temps d'accorder vos 2 futs à chaque fois, et surtout si vous avez les moyens de payer une double grosse caisse, n'hésitez pas une seule seconde. Vous gagnerez en confort d'utilisation, en souplesse, en rapidité. Mais si vous cherchez le côté pratique des choses, optez donc pour une double pédale, qui isera montée en moins d'une minute sur n'importe quelle batterie.

III] Bien choisir ses pédales

Le marché de la double pédale se dispute majoritairement entre Tama, Pearl, et Yamaha. En tous cas en Europe. Si des marques comme DW ou AXIS sont de plus en plus accessibles, elles restent néanmoins à des prix et à des disponibilités inabordables pour le plupart. Comme on le dit souvent, l'instrument ne fait pas le musicien. C'est aussi vrai pour les accessoires : que vous jouiez sur du haut de gamme ou du bas de gamme, votre niveau sera le même. Néanmoins, pour plusieurs raisons, je conseille d'acheter du très bon matériel, aussi cher soit-il :

- > vous éviterez les désagréments : ressorts cassés, courroie usées, chaîne brisée
- > vous gagnerez énormément en puissance grâce à des mécaniques fiables
- > vous gagnerez également en confort ... nécessaire si vous bossez souvent !
- > et évidemment vous aurez du beau matériel, agréable esthétiquement

Les prix (neuf) des doubles pédales oscillent entre 150 euros et plus de 700 euros. Sur le marché de l'occasion, on trouve des hauts de gammes entre 150 et 250 euros, mais souvent usés. Achetez donc du neuf ! On ne sait jamais qui a possédé du matériel d'occasion, et étant donné qu'il s'agit d'un accessoire mécanique, impossible de savoir en quel état sont vraiment les pièces.

a) A partir de 150 euros

Des marques comme Magnum, Deep, Century, proposent des doubles à prix très bas. La plupart sont équipées de simples chaînes et n'ont soit aucun soit un seul socle de stabilisation. Mais si vous achetez votre matériel hors de France en Europe vous trouverez des modèles à 150 euros proposant double chaîne, double socle, bref, tout ce qu'il faut pour avoir confort, puissance ... Si votre budget est très restreint et que vous n'avez pas l'intention d'utiliser beaucoup la double, optez pour une solution économique comme celle-ci, mais ne vous étonnez pas si elle casse en quelques mois. De plus ce genre de matériel a une valeur nulle sur le marché de l'occasion.

b) A partir de 250 euros

Gibraltar propose une Intruder 2 double à double chaîne (ou courroie nylon) entre 250 et 280 euros, c'est du très bon matériel, sobre, souple, précis, et très solide. Pas de gadget, un look simple et classe, c'est en quelque sorte l'idéal si vous voulez débiter sur du bon matériel. Yamaha propose également ses meilleures doubles pédales à moins de 300 euros. je ne donne pas de référence précise ici dans la mesure où les gammes changent très souvent. Les Yamaha sont rapides et solides, cela dit elles sont moins belles que les Gibraltar, et surtout elles glissent beaucoup trop ! Le pied n'accroche pas à la pédale et c'est très dommage ... On trouve aussi des milieux de gamme Pearl et DW dans ce prix là, mais de qualité moindre et moins complètes.

c) A partir de 350 euros

Deux références principales : Pearl Eliminator et Tama Iron Cobra. C'est l'éternelle guerre entre les adeptes des marques. On trouve aussi des DW 5002 dans les mêmes prix, mais pas en France. Le choix se fera selon vos goûts et appréciations personnels : ce sont des pédales de grande qualité, belles, solides, complètes, rapides, précises. Néanmoins à ce que j'ai moi même pu lire sur divers forums, ou constater après utilisation, c'est que DW et Pearl reviennent bien souvent en tête au niveau de la fiabilité. Les mécaniques de l'Iron Cobra ne sont pas aussi résistantes (ce n'est peut être plus vrai avec celles produites actuellement !).

Après, certains sont très contents de la Tama, d'autres sont déçus par DW ou Pearl ...

Pour ma part j'ai choisi DW pour des questions de prestige, de look, et de qualité remarquable du matériel. L'inconvénient de DW étant les prix en France, et surtout les délais d'obtention de pièces de rechanges !

d) A partir de 400 euros et jusqu'à + de 700 euros

On trouve essentiellement les hauts de gamme DW (5000 - 9000), les AXIS (Longboard) et les doubles ou triples pédales Sonor.

DW : -> séries belles, solides, puissantes,

AXIS : -> pédales créées par des ingénieurs en aéronautiques : puissance énorme, réactivité maximale, aucune perte de puissance, mais look particulier, prix élevé, et disponibilité rare

Sonor : -> look abominable, mécaniques tordues, couleurs bizarres, bref, une marque qui nous sert des tas de gadgets à prix prohibitifs. A ne pas acheter selon moi.

e) Choix de la transmission

On trouve simple chaîne, double chaîne, courroie en nylon, ou d'autres méthodes de transmission. Pour ma part je préfère la double chaîne car elle apporte puissance et souplesse; une simple chaîne apportera une puissance moindre. Mais évidemment, certains très grands batteurs jouent sur des pédales pourries à simple chaîne. Seulement, vous ne jouez et ne jouerez probablement jamais comme eux, et vous ne jouez probablement pas le même style qu'eux. Ainsi, tous les batteurs de métal choisissent des transmissions double chaîne ou courroie. Prendre une simple chaîne c'est prendre le risque qu'elle casse en plein concert, en plein déluges de double pédale ...

Les transmissions directes comme les courroies apporte une réponse très rapide et précise, cela dit je trouve qu'elles manquent de souplesse. A vous de voir selon ce que vous jouez et ce que vous recherchez.

f) Choix de la came

La came est la pièce sur laquelle est fixée la chaîne ou la courroie, elle peut être de forme ronde (la plupart du temps) ou de forme excentrée (rond "déformé"). C'est le cas de la came bleue Pearl Eliminator, de la version Accelerator sur DW 5002, et de la Tama Iron Cobra Powerglide. Une came excentrée fournit plus de puissance et plus de vitesse mais exige un meilleur contrôle. Toutefois la différence de vitesse ne se fait sentir qu'au bout de très longtemps, quand vous allez vraiment très vite. Si vous arrivez à bien prendre en main une came excentrée, achetez la, sinon préférez la came arrondie.

Bon à savoir : la Pearl Eliminator est livrée avec plusieurs comes dont une ronde et une excentrée, et en dépit de leur solidité médiocre, cela reste très pratique.

Conseil : principal serait d'acheter toujours de la qualité, mais de ne jamais se faire avoir

pas les modèles ultra vendus ! Ce n'est pas parce que l'Iron Cobra est la plus vendue qu'elle est la meilleure : elle bénéficie du plus grand marketing publicitaire, c'est tout ! Et de même, les DW aussi prestigieuses soient elles, ne seront pas forcément celles qui vous conviendront le mieux au niveau des sensations. N'oubliez pas que le critère numéro 1, c'est votre appréciation du matériel, et les sensations qu'il vous procure.

IV] Bien régler sa double pédale

Au même titre que la tenue des baguettes et le geste de frappe doit être parfait, les réglages de double et la position de jeu doivent être irréprochables. Pour cela, il faut veiller à respecter quelques bases :

-> vos pieds doivent être dans l'alignement de la jambe : pas de pied qui partira un peu trop à gauche ou un peu trop à droite, tordant ainsi la cheville. Ecartez donc vos deux pédales de la bonne façon.

-> ayez toujours les jambes parallèles au sol. Jouer trop haut ou trop bas ne vous amènera rien à part des douleurs à court terme et des gros ennuis musculaires à long terme

-> utilisez la même position de pied sur chaque pédale (cf paragraphe V)

Réglages :

-> Détendez les ressorts. Jouer avec des ressorts tendus vous musclera peut être mais vous bloquera dans votre progression. Et être musclé ne rend pas meilleur, ça rend juste endurant. La pédale doit rester "accrochée" sous votre pied sans que vous la sentiez.

-> Choisissez une inclinaison des battes à environ 60° par rapport à la peau de grosse caisse. Cela vous demandera une bonne maîtrise préalable de la pédale simple, mais apportera un son et une puissance meilleure. En effet, plus vos battes au repos seront éloignées de la peau, moins elles resteront collées contre la peau de grosse caisse, plus vous pourrez utiliser les méthodes talons pointes ... par exemple.

V] Avant de se lancer : techniques, conseils, positions de frappe

a) Pied posé

Cette technique consiste à laisser le talon posé , ainsi, seule la cheville travaille. Cette méthode permet de gérer au mieux les nuances, d'avoir un contrôle parfait de la frappe, et de faire beaucoup travailler vos muscles. C'est une technique longue et périlleuse, mais sachez qu'après beaucoup d'entraînement elle fournit des résultats spectaculaires.

b) Pied en pointe

C'est la méthode la plus répandue chez nombre de batteurs, car on l'utilise presque instinctivement. Elle fournit puissance, rapidité, mais ne permet pas autant de précision et de contrôle que le pied posé. C'est néanmoins la méthode la plus utilisée sur double pédale car c'est la plus facile à apprendre.

c) Talon - Pointe

Cette technique consiste à alterner les coups : vous donnez le premier coup en pied posé (comme dans le a)) et vous donnez le deuxième coup en pointe en utilisant le rebond de la batte sur la peau. En clair, vous n'avez aucune effort à fournir pour le deuxième coup : il suffit de contrôler le rebond et de poser la pointe au moment du retour de la batte vers la peau.

Pour bien visualiser ceci, donnez un coup puissant sur votre pédale et enlevez votre pied. Vous

voyez alors que la batte oscille, elle bouge grâce à l'énergie que vous avez envoyée dedans. Elle effectue plusieurs battements "seule". Le talon pointe exploite donc cette énergie restante pour doubler, tripler, quadrupler les coups.

C'est une méthode dure à travailler, mais qui permet d'atteindre les vitesses maximales en effectuant des roulés sur double pédale, des ras, etc.

Sachez qu'au fil du temps cette méthode vient "naturellement" sans que vous y fassiez attention.

d) Se détendre !

Tout comme vos épaules doivent être relâchées quand vous jouez sur la caisse claire, vos chevilles et vos mollets, et tout ce qu'il peut y avoir comme muscle dans les jambes, doivent être parfaitement détendus quand vous jouez sur la double. Si vous êtes crispés, c'est soit que vous ne faites pas attention à votre respiration, soit que vous allez trop vite. Détendez-vous, respirez, relâchez-vous :) Vous vous rendrez vite compte qu'on a un jeu beaucoup plus souple et beaucoup plus précis en étant relax qu'en étant nerveux. Sans compter qu'être trop tendu amène souvent des soucis musculaires. Contrôlez constamment ce genre de détail, c'est très important !

e) Peaux de grosse caisse : tension, entretien

Tendre vos peaux de grosse caisse entraînera bien sûr un meilleur rebond, un meilleur retour de batte, toutefois je conseille vivement de détendre la peau de frappe et la peau de résonance pour deux bonnes raisons :

-> vous aurez un son plus lourd, plus grave, donc meilleur ^_^

-> si vous savez faire tous vos exos sur une peau détendue, vous saurez les faire sur une peau tendue. C'est un peu comme si vous travaillez votre technique caisse claire sur un pad : tout ce qu'on sait faire sur le pad, on sait le faire encore mieux sur une caisse claire !

Pensez aussi à acheter une peau de qualité (Powerstroke, Pinstripe ...) même si c'est cher, le son sera meilleur et surtout elle ne cassera pas en une semaine ! Si vous jouez sur double grosse caisse, pas de soucis, mais sur double pédale la peau s'abîme très rapidement. Surtout si vous progressez vite et que vous jouez donc vite, ou alors si vous jouez comme un fou furieux ... Pensez aussi à acheter un patch prévu à cet effet, il s'agit de morceau de plastique qu'on accroche sur la peau de GC à l'endroit où les battes frappent, c'est un plastique solide qui mangera les coups à la place de la peau elle-même, et ça vous économisera beaucoup d'argent tout en vous donnant un son sympathique et un rebond agréable. On en trouve entre 1 et 5 euros dans le commerce.

VI] Exercices de bases

Ces premiers exercices sont à bosser de préférence en talon posé, ou en talon pointe si vous savez faire. Travaillez les très lentement (entre 40 et 50/55 maximum) avec le métronome.

N'augmentez la vitesse que lorsque votre précision avec le métronome est parfaite et que vous avez la sensation de parfaitement contrôler votre pied gauche.

Plus vous travaillerez vite, moins il y aura de précision, moins il y aura de nuances. La vitesse est facile à travailler et à acquérir, mais la précision, c'est très dur. Pas la peine d'essayer de bosser à 120 après un mois

de double. Sauf si vous aimez bacler.

Conseil : N'oubliez jamais que si certains batteurs sont devenus célèbres et très doués, si ils groovent, c'est uniquement parce qu'ils ont passé des milliers d'heures à bosser avec un clic sur des détails techniques. Forcez-vous à bosser avec un métronome et ne l'enlevez jamais. Variez les

vitesses autant que possible (passez de 50 à 52, puis 48, puis 54 ...) pour ne pas prendre d'accoutumance. Plus votre jeu sera carré plus vous ferez la différence par rapport aux batteurs qui travaillent mal. Cependant, faites attention à ne pas vous attacher au clic et à ne jamais fixer votre jeu sur lui : vous devez simplement calquer votre "horloge interne" sur la pulsation, le métronome ne sert qu'à vérifier que vous avez le bon tempo en vous ...

IMPORTANT : NOMENCLATURE

d = ghost note à gauche

g = ghost note à droite

D = pédale droite (GC) / main droite (CC)

G = pédale gauche (GC) / main gauche (CC)

CC = caisse claire

GC = grosse caisse

mesure en 4/4 en débit de double croches. Chaque G, D ou "-" représente donc une double croche c'est à dire un quart de temps binaire.

- Faites tourner chaque exercice 2 minutes, et 4 minute pour chaque exercice qui fait travailler beaucoup le pied gauche (ou pied droit si vous êtes gaucher)

(attention ici les tirets "-" n'ont aucune valeur, ils servent juste à séparer les mesures)

1) DGDG-DGDG-DGDG-DGDG

2) GDGD-GDGD-GDGD-GDGD

3) DDGG-DDGG-DDGG-DDGG

4) GGDD-GGDD-GGDD-GGDD

5) DGDD-GDGG-DGDD-GDGG

6) DGGD-GDDG-DGGD-GDDG

7) DGGD-GGGG-DGGD-GGGG

8) GDDG-DDDD-GDDG-DDDD

9) DDGD-GDDD-GGDG-DGGG

10) DGGG-GDDD-DGGG-GDDD

11) GDDD-DGGG-GDDD-DGGG

12) DGGD-GGDG-DGGD-GGDG

13) GDDG-DDGD-GDDG-DDGD

14) GDDG-DDGD-DGDD-GDGD

15) GDDG-DDGD-GDGG-DGDG

16) DDDD-GGGG-DDDD-GGGG

17) DGGG-DGGG-DGGG-DGGG

18) GDDD-GDDD-GDDD-GDDD

19) GGGG-DDDD-GGGG-DDDD

20) GDGG-DGDD-GDGG-DGDD

etc ...

il existe plusieurs dizaines d'autres combinaisons possibles. Le but n'est pas de toutes les connaître, mais de travailler la précision, la régularité, la souplesse, et surtout de perdre vos points d'appuis. En bossant bien ces exos, vous progresserez peu à peu vers l'ambidextrie et ne serez jamais perdu si un jour votre double pédale droite casse et que vous devrez jouer avec seulement la pédale gauche.

Conseil : vérifiez constamment la position de votre pied et veillez à relever autant que possible la batte de la peau après chaque frappe. Faites attention à ce genre de détails car plus la vitesse augmentera moins vous pourrez les corriger.

- Reprenez les exercices en ajoutant des jeux de cymbales simples : noires, croches ... et éventuellement un jeu simple de caisse claire

exemple :

| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Rid | | D | - | - | - | D | - | - | - | D | - | - | - | D | - | - | - |
| CC | | - | - | - | - | G | - | - | - | - | - | - | - | G | - | - | - |
| GC | | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G |

Conseil : Ce rythme est très classique et est énormément utilisé dans le métal. Il est simple à jouer avec un débit de frisé (DGDGDGDG ...) mais exige une précision sans faille. Travaillez le doucement et en pied posé. Quand vous aurez une maîtrise parfaite de l'exercice, vous pourrez alors l'essayer en pied levé à plus haute vitesse.

Variations du rythme :

1)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------|
| Rid | | D | - | D | - | D | - | D | - | D | - | D | - | D | - | D | - | // (ride jouée à la croche) |
| CC | | - | - | - | - | G | - | - | - | - | - | - | - | G | - | - | - | |
| GC | | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | |

2)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Rid | | D | - | D | - | D | - | D | - | D | - | D | - | D | - | D | - | |
| CC | | - | - | - | - | G | - | - | G | - | G | - | - | G | - | - | - | |
| GC | | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | |

3) (rythme type blast beat lorsqu'il est joué très vite)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Rid | | D | - | D | - | D | - | D | - | D | - | D | - | D | - | D | - | |
| CC | | - | G | - | G | - | G | - | G | - | G | - | G | - | G | - | G | |
| GC | | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | D | G | |

Remarque : dans cette variation vous faites en faites du frisé à la grosse caisse en coordination avec un frisé au mains. Vous pouvez distribuer les coups ailleurs que sur la caisse claire sur la ride, et

descendre sur les toms. N'essayez ce genre de choses que lorsque que votre coordination est précise. N'hésitez pas à vous entraîner à faire des coordinations simples, c'est à dire en donnant des coups simultanés main gauche/pied gauche, main gauche/pied droit, etc.

- Reprenez tous les exercices ci dessus en ajoutant des ostinatos aux bras. Les ostinatos sont les boucles rythmes qui se répètent à l'identique.

exemple d'ostinatos : D-GD D-GD ou D-GD D-G- ou --GD --D- ... etc
sur l'exercice 1, avec le premier ostinato, on obtient ceci :

```
CC | D - G D D - G D D - G D D - G D
GC | D G D G D G D G D G D G D G D G
```

Ce genre d'exercices fait travailler l'indépendance et la coordination. Vous pouvez également distribuer les coups sur les toms ou les cymbales.

exemple :

```
Rid | D - - D D - - D D - - D D - - D
CC | - - G - - - G - - - G - - - G -
GC | D G D G D G D G D G D G D G D G
```

En reprenant chaque exercice ainsi, vous travaillerez toutes les bases nécessaires pour bien maîtriser une double pédale. N'hésitez pas à passer plus de temps sur les exercices les plus difficiles, quitte à baisser encore plus la vitesse du métronome.

- Faites la même chose qu'au dessus mais en inversant jambes et bras : en clair, faites les ostinatos à la double pédale et faites le débit de doubles croches sur la caisse claire

exemple :

```
CC | D G D G D G D G D G D G D G D G
GC | D - G D D - G D D - G D D - G D
```

- Exercices de lecture rythmique : trouvez vous des pages de lecture simple (une seule ligne) de type marche caisse claire, exercices de rythme, etc ... Et jouez les à la double en choisissant un débit frisé (DGDGDGDG ou GDGDGDGD).

exemple :

si vous avez une mesure de lecture avec un rythme de type : 2croches / croche - 2doubles / 4doubles / crochepointée-double
(désolé je ne peut pas prendre le temps d'écrire ça en partition ...)
cela donne , à la double :

```
GC avec rythme à lire | D - D - D - D G D G D G D - - G
```

```
débit frisé de référence | D G D G D G D G D G D G D G D G
```

Vous jouez donc tous vos exercices de caisse claire sur la double, de la même façon.

- Si vous maîtrisez la lecture avec un débit de référence frisé, essayez de faire vos lectures avec un débit de roulé (DDGGDDGG)

exemple :

GC avec rythme à lire | D - G - D - G G D D G G D - - G

débit roulé de référence | D D G G D D G G D D G G D D G G

Conseil : ce genre de manoeuvre bizarroïdes, vous ne les jouerez jamais à la double, mais à titre d'exercice cela permet de bien travailler. Le débit le plus souvent utilisé reste le frisé.

- Reprenez vos pages de lecture en utilisant la technique de remplissage c'est à dire en insérant des ghosts notes (notes faibles) au lieu des figures de silence

Exemple :

au lieu de jouer

GC | D - D - D - D G D G D G D - - G

vous allez jouer :

GC | D g D g D g D G D G D G D g d G

et en débit roulé :

GC | D d G g D d G G D D G G D d g G

Conseil : c'est un exercice capital qui vous apportera une grande précision dans la frappe. La position pied posé est encore une fois idéale pour ce genre de travail. Vos ghost notes doivent être vraiment très faibles, presque pas audibles. vous devez juste poser la batte contre la peau et la retirer de suite. Entraîner vous à répéter ce geste de frappe ghost note en boucle. La batte doit partir de quelques centimètres de la peau, pas plus ! si votre batte part de 15cm de la peau, le son sera trop puissant et votre ghost note ressemblera à une note normale.

- Faites le même exercice de remplissage mais en alternant caisse claire et grosse caisse, tout en marquant le charley ou ride

Exemple :

GC | D d G g D d G G D D G G D d g G - - - - -
 CC | - - - - - D d G g D d G G D D G G D d g G
 Rid. | D - - - D - - - D - - - D - - - - -
 Ch. | - - - - - G - - - G - - - G - - - G - - -

Remarque : Ce genre d'exercice fait travailler la régularité, le passage double/charley, la

coordination ... Vous pouvez varier les rythmes à la ride et au charley.

! N'oubliez pas de faire chaque point en reprenant tous les différents débits / combinaisons du départ (premier point). Ne travailler que le frisé ou que le roulé ne sert pas à grand chose !