

Note ton progrès. Tempo : 60 70 80 90 100 110 120.

Technique. Doubles croches. Accents en frisé N°3.

Fais tourner ces exercices dans les 4 sens de coordination :
Verticale à droite, verticale à gauche, diagonale à droite & diagonale à gauche.
Compte à haute voix en accentuant les chiffres en gras.

1

1 i 2 3 i 4

1 2 i 3 4 i

3

1 i 2 i 3 i 4 i

1 a 2 3 a 4

5

1 2 a 3 4 a

1 a 2 a 3 a 4 a

7

1 i a 2 3 i a 4

1 2 i a 3 4 i a

9

1 i a 2 i a 3 i a 4 i a