

Travail de la Main Faible

VITESSE

Aurélien Knaub
batteursanslimite.com

- l'idée ici est d'habituer vos doigts et vos poignets à des mouvements très rapides
- n'hésitez pas à faire cet exercice très rapidement : 20 voire 30 BPM au dessus de votre vitesse de croisière

DGDGD GDGDG DGDGD GDGDG DGDGDGDGD GDGDGDGDG