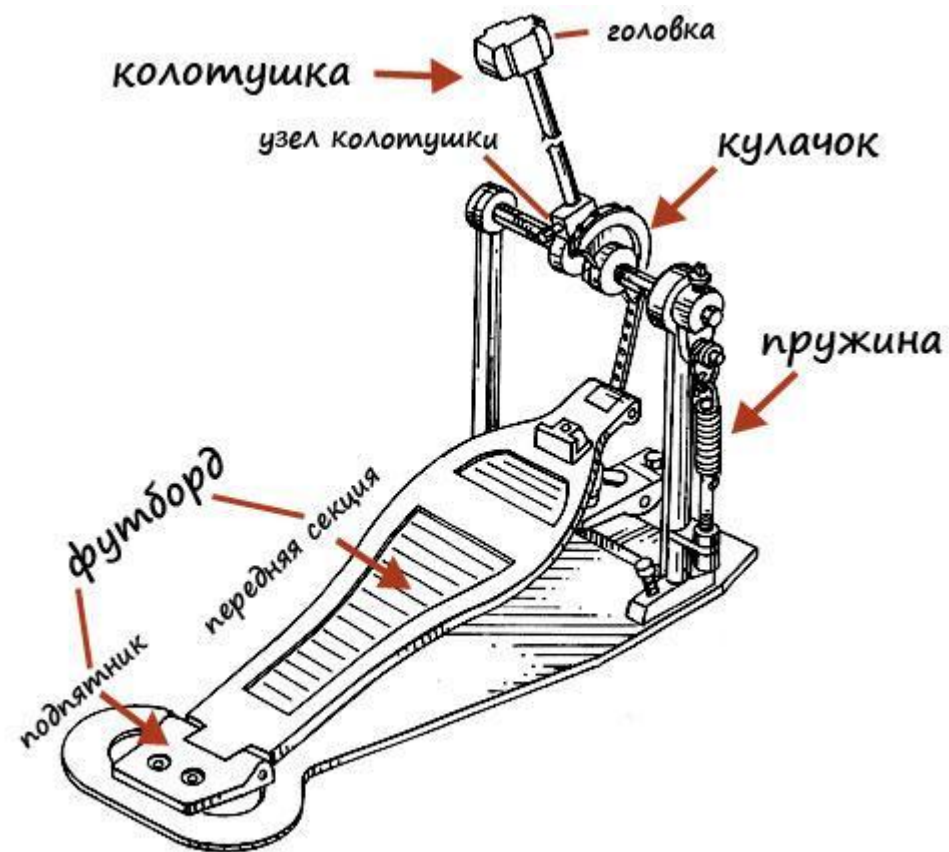


Кардан. Основы

О чём поговорим:

- Удобство, настройка (высота футборда, угол колотушек, натяжение пружин), посадка, расположение.
- Разделение мышечных групп: тазобедренные, икры. Игра всей ногой, игра “носком”.
- Контроль, упражнения на длительности, чередование позиций, триольная пульсация ногами под четверти в руках.
- Скорость, выносливость, тайминги.

Устройство, настройка

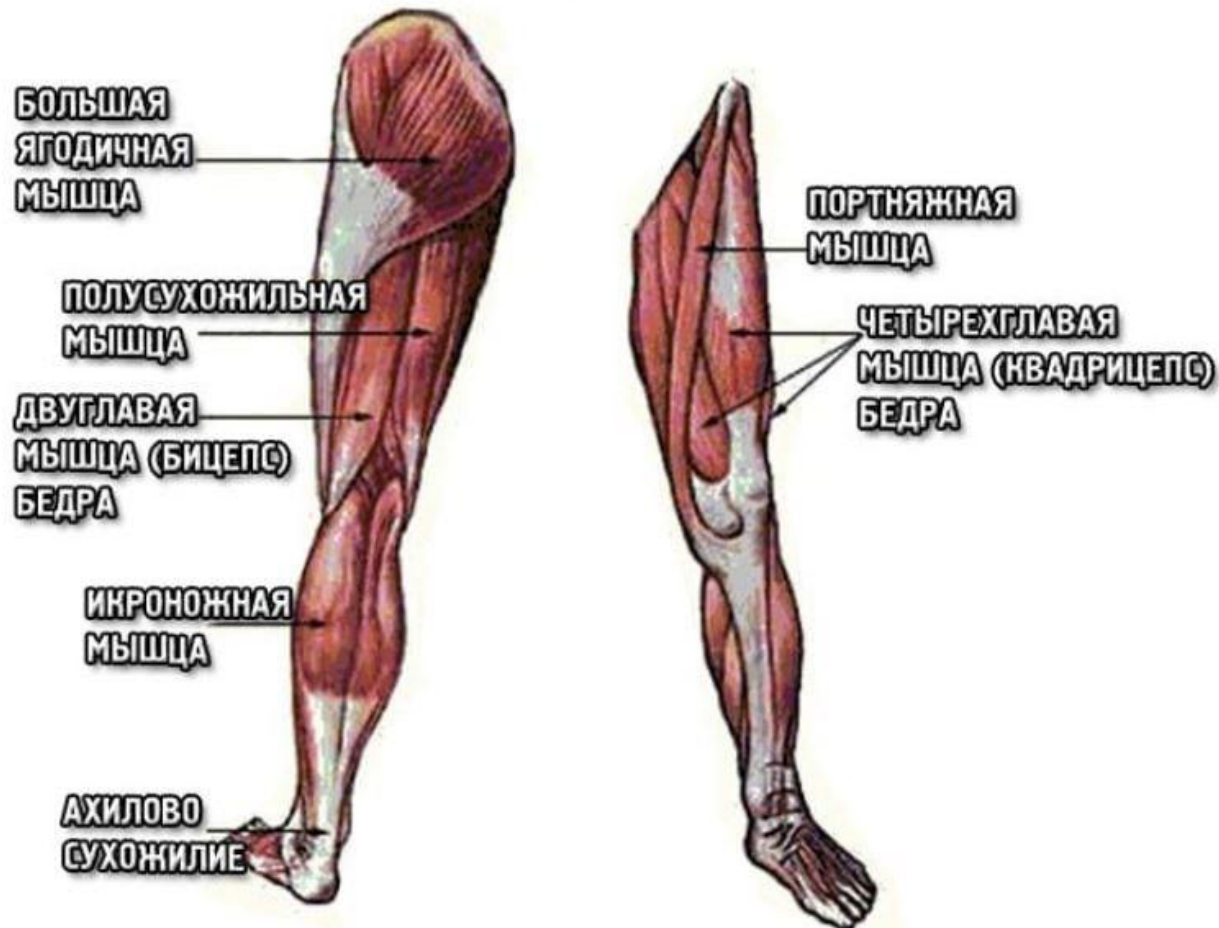


Посадка, расположение, высота



Какими мышцами играть?

МЫШЦЫ НОГ



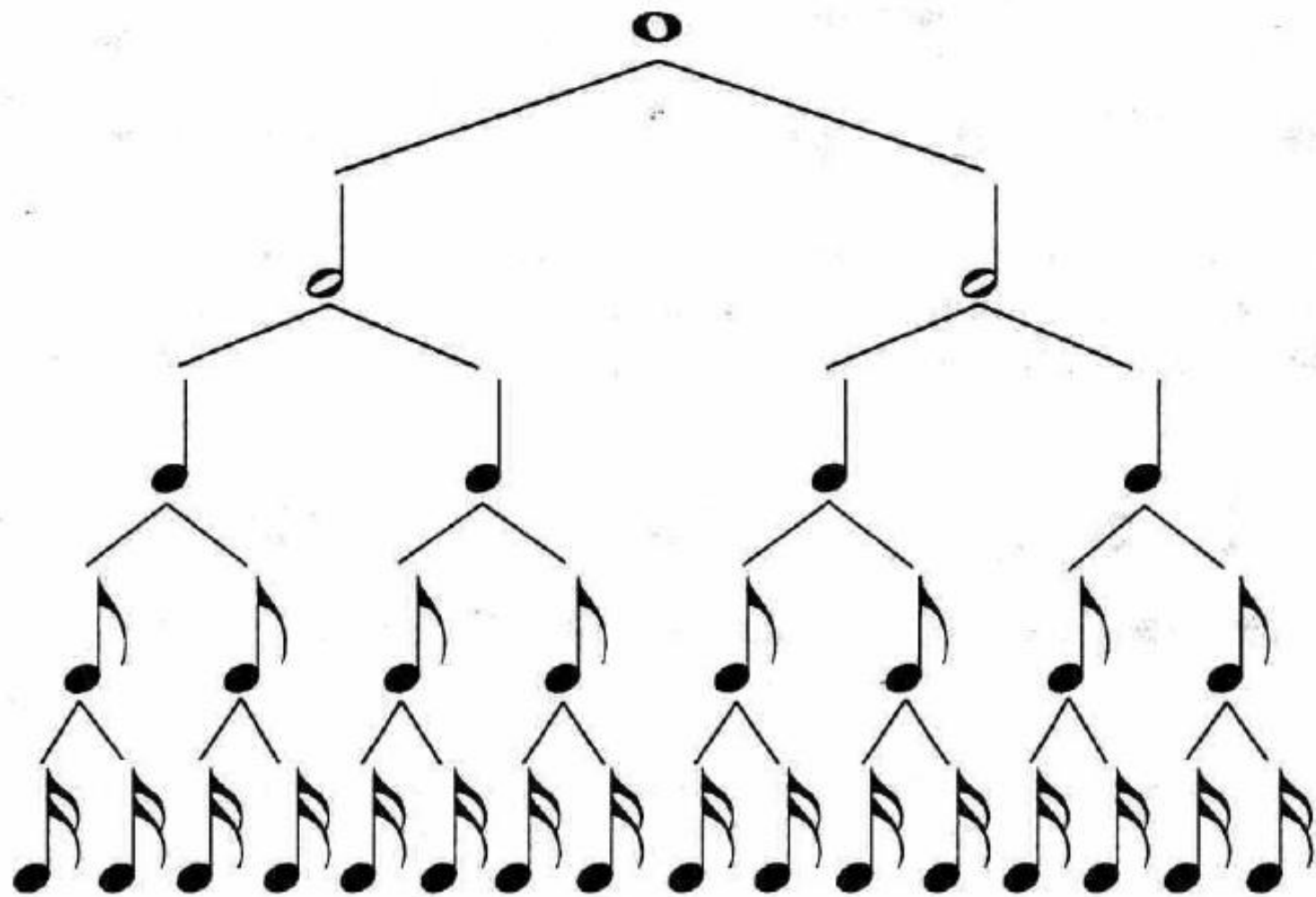


Контроль

```
graph TD; A[Контроль] --- B[Скорость]; A --- C[Координация]
```

Скорость

Координаци
я



Disturbed - Down With The Sickness



STRAPPING YOUNG LAD - Love?

Moderate ♩ = 85

The image shows a musical score for a guitar piece. It is in 4/4 time and marked 'Moderate' with a tempo of 85 bpm. The notation consists of a single melodic line on a five-line staff. The piece is divided into two measures by a red '2' at the bar line. The first measure contains three groups of triplets, and the second measure contains three groups of triplets. Each triplet is indicated by a bracket with the number '3' underneath. Above each group of notes is a circled 'X' symbol. The first note of the first triplet in the first measure is highlighted in yellow.

Скорость, выносливость



Где искать.

- Drumeo
- Jojo Mayer: Secret Weapons Part 2
- Marthyn Jovanovic – Youtube
- Eugene Ryabchenko – Youtube
- Если не забанили, то Google