

GRATIS

SBLOCCA LE TUE DITA

10

ESERCIZI
FONDAMENTALI



Chitarra Facile™

In questa guida andremo a vedere **10 esercizi facili** per *chitarra elettrica*, ma che potrai anche eseguire sulla *chitarra acustica*.

Questi sono esercizi **fondamentali** che sarebbe bene fare ogni giorno, o almeno più volte possibile.

Nei **primi 5 esercizi**, andremo a toccare le 5 grandi macro-aree della tecnica di chitarra in modo da padroneggiare ogni aspetto principale:

- **L'agilità della mano sinistra**, ossia migliorare l'indipendenza e l'agilità della dita della mano sinistra (nel caso tu sia destro/a)
- **La padronanza della mano destra**, ossia la capacità di andare a plettrare la corda corretta al momento giusto e la capacità di spostarsi correttamente tra le varie corde
- **La ritmica**, ossia il suonare a tempo con *groove*
- **La velocità e la coordinazione tra le due mani**, in quanto oltre a sviluppare una buona velocità in entrambe le mani queste devono essere coordinate al millisecondo, altrimenti la nostra esecuzione non risulterebbe pulita
- **L'espressività**, ossia donare una voce al nostro suono, in grado di emozionare chi ci ascolta, attraverso l'uso di tecniche specifiche.

Esistono **altre aree di studio** per migliorare la tua capacità sulla chitarra, ma queste sono le principali.

Infatti sarebbe bene eseguire questi esercizi **ogni giorno**, o almeno il più possibile, anche se so che facilmente non sarà così.

Vedremo un esercizio basilare, in realtà anche più di uno, ma molto importante per ognuna di queste aree. Nel 99% dei casi saranno esercizi che non conosci o che magari non stai mettendo in pratica costantemente.

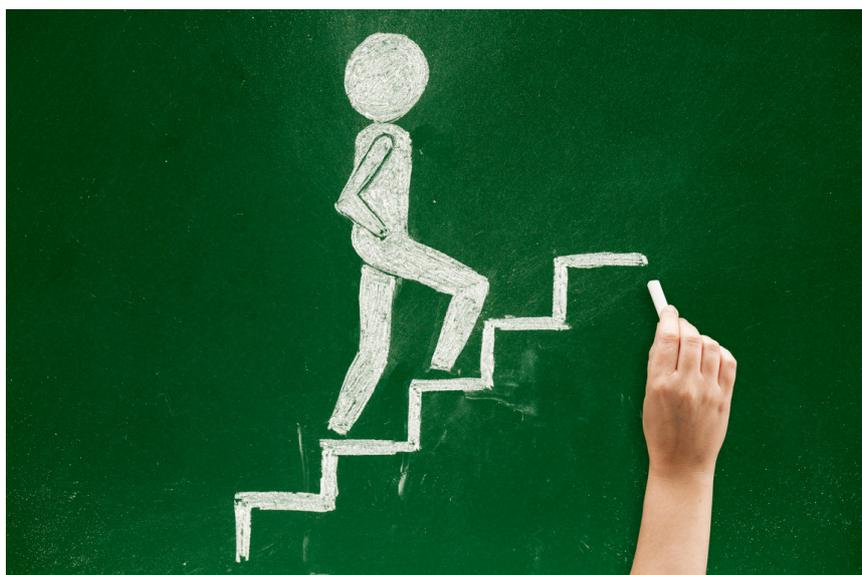
Grazie a questi esercizi potrai veramente **potenziare** la tua **tecnica** sulla chitarra e cominciare così a **dominare** il tuo **strumento**.



I restanti esercizi possono rientrare in più di una delle macro-aree precedenti e proprio per questo motivo ti apporteranno diversi benefici e ti consiglio vivamente di eseguirli ogni giorno per almeno 15 minuti.

I suddetti esercizi sono pensati per farti trarre giovamento in questi aspetti:

- **L'agilità e la fluidità della mano sinistra,**
- **La padronanza della ritmica e della precisione della mano destra**
- **L'improvvisazione**, qualora tu stia già praticando questo aspetto
- **Memorizzare le scale**
- **Uscire dai soliti schemi e dai soliti box comunemente più utilizzati**
- **La prevenzioni di eventuali infortuni**, come tendiniti o rigidità muscolare



NON ESISTONO ESERCIZI MIRACOLOSI!

Attenzione! Ricordati sempre che non esistono esercizi miracolosi!

Questa è una di quelle cose che i nostri studenti ci sentono dire più spesso: ciò che fa la grande **differenza** nei **risultati** che otterrai, non sarà mai dovuto all'esercizio in sé, ma al **metodo di studio** con cui lo applicherai.

Per questo motivo in molti dei corsi di **Chitarra Facile** sono presenti delle **lezioni** incentrate proprio sul farti comprendere quale sia il **metodo di studio** più adatto al **materiale didattico** a tua disposizione.

Altro aspetto fondamentale è il **metodo didattico** con cui viene presentato l'esercizio stesso.

Quindi se guardando questo esercizi ti verrà da dire: *“Ah beh, ma questo lo conoscevo già!”*, o *“Ma questo esercizio sembra molto banale, molto semplice”*, ciò non ha alcuna importanza!

Non migliori a suonare perché conosci un esercizio, ma migliorerai se lo eseguirai tante volte e soprattutto se lo farai in un certo modo.

PREMESSE SUGLI ESERCIZI

Prima di partire è necessario fare le cose con ordine, quindi dobbiamo capire **a chi si rivolgono** questi esercizi, per quale **tipologia** di **chitarra** sono maggiormente indicati e gli **strumenti** ti servono per metterli in pratica.

Bene, quindi per chi sono questi esercizi?

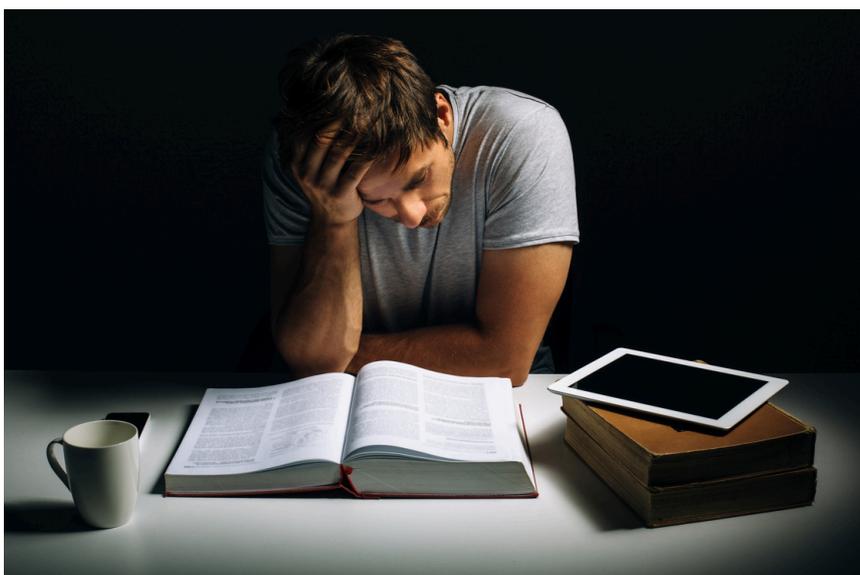
Questi esercizi **NON** sono per **chi parte** completamente **da zero**. Per ognuno degli esercizi ti dirò cosa bisogna aver fatto prima, perché potrebbe esserci bisogno di conoscere alcune tecniche che non tutti conoscono, ma una cosa è certa: se uno parte da zero, non sono adatti. Se questo è il tuo caso, mi raccomando vai su www.chitarrafacile.com e comincia dal corso rapido **Chit-Start**.



Seconda premessa, quale chitarra dovresti avere? Tutti questi esercizi, **tranne** quello sui **bending**, tecnica di cui parleremo quando affronteremo l'**espressività**, vanno bene per **qualunque tipologia** di chitarra. Eseguire un bending con la chitarra classica, invece, comporterebbe molta fatica.

Terza e ultima premessa, cosa ti serve per iniziare? Le uniche due cose che ti servono per fare questi esercizi sono il **metronomo** e l'**accordatore**. Se scopro che fai gli esercizi senza metronomo ti perseguiterò tutte le notti nei sogni! Scherzo, però è un **accessorio fondamentale!** Mi raccomando, non fare gli esercizi senza metronomo perché poi te ne pentiresti in futuro.

Bene, direi che finalmente è il momento di andare a vedere gli esercizi!





ESERCIZIO 1

f.

1 2 3 4

5 6 7 8

9 10 11 12

T
A
B

6 5 6 4 6 3 | 6 5 6 4 6 3 | 6 5 6 4 6 3 | 6 5 6 4 6 3

6 5 6 4 6 3 | 6 5 6 4 6 3 | 7 6 7 5 7 4 | 7 6 7 5 7 4

7 6 7 5 7 4 | 7 6 7 5 7 4 | 7 6 7 5 7 4 | 7 6 7 5 7 4

ESERCIZIO 1

Una delle **difficoltà maggiori** per i chitarristi principianti, ma anche gli intermedi, è l'**utilizzo del mignolo**.

Un altro problema comune consiste nel fatto che **mignolo** e **anulare** non siano indipendenti, quando ad esempio si muovo insieme involontariamente.

L'esercizio che ora ti mostrerò, donerà più *agilità, forza, maggiore indipendenza* e, come ultima cosa, tenere le *dita più vicine* alla tastiera della chitarra.

Questo perché spesso, quando suoniamo, tendiamo ad **allontanare eccessivamente** le **dita** dalla **tastiera**, invece sarebbe meglio tenerle sempre più vicine.

Questo esercizio è ovviamente semplicissimo, ma ricordati quello che ti ho detto all'inizio! Non pensare che sia banale, prova a farlo! Questo esercizio lo può eseguire chiunque stia suonando da un pochino, anche solo i primi accordi.

L'importante è aver visto almeno un po' di introduzione sulla **postura**, su come **impugnare il plettro**, etc.

ESERCIZIO 1

Posizioniamo **un dito per tasto**, magari partendo dal terzo tasto.

Abbiamo quindi l'**indice** sul **terzo tasto**, il **medio** sul **quarto**, l'**anulare** sul **quinto** e il **mignolo** sul **sesto** tasto della **sesta corda**, quella di MI.

Ovviamente ti ho descritto questi numeri ma potrai traslare in avanti o indietro il tutto. Ora eseguirai questa sequenza: **6 5 6 4 6 3**.

La stessa cosa la andiamo a fare sulla **quinta corda** e successivamente **ripetiamo** il tutto sulle **corde restanti**.

Dopo aver eseguito la sequenza sul **MI cantino**, slitterai in avanti di un tasto (**7 6 7 5 7 4 7**), e potrai nuovamente eseguire la sequenza fino alla sesta corda.

Cerca di eseguire questa sequenza **lungo tutta la tastiera** della chitarra.

ESERCIZIO 1

Ci tengo a darti qualche dritta per l'esercizio: prima di tutto, perché serve per il mignolo?

Perché, come avrai notato, andiamo sempre ad **alternare** il **mignolo** con un **altro dito**. Andiamo ad affaticare molto il mignolo per fargli sviluppare un po' di "*muscoletti*" e andiamo quindi anche a slegarlo un po' a livello di **tendini**.

Quando alterniamo il mignolo alle altre dita, cerchiamo di creare una **padronanza** e dell'**indipendenza** tra queste.

Cerca di pensare di tenere il più possibile le dita vicino alla tastiera e, se questa cosa **non ti riesce**, **abbassa** sempre di più la **velocità del metronomo**.

Ovviamente dovresti eseguire **una nota ogni battito di metronomo**, cerca di andare avanti così in modo da fare l'esercizio molto lentamente, in quanto l'obiettivo non è fare cose complicate, ma eseguire certi movimenti specifici. Quindi più piano li eseguiamo, meglio è.



ESERCIZIO 2

The exercise is presented in two systems. The first system contains exercises 1 and 2, and the second system contains exercises 3 through 8. Each exercise is shown with a rhythmic notation on a treble clef staff and a corresponding fretboard diagram below it. Exercises 1 and 2 are simple chords. Exercises 3 and 4 are diads. Exercises 5 and 6 are triads. Exercises 7 and 8 are four-note chords. The fretboard diagrams use dots to indicate finger positions on the strings.

ESERCIZIO 2

In questo esercizio andiamo a lavorare sulla **ritmica**. In particolare andremo ad analizzare un aspetto che ti sembrerà normalissimo, ma poi aggiungeremo un elemento che quasi mai nessuno fa.

Prima di tutto andiamo a lavorare su BPM molto, molto lenti, ad esempio **40-50-60 BPM**.

Cerca di capire, per ognuno di questi esercizi, quale sia la velocità più adatta a te.

A questo punto andiamo a lavorare su **quarti, ottavi, terzine e quartine**.

Scelgo un accordo e lo eseguo, ad esempio a 50 BPM. Suonando i **quarti** eseguirei **una plettrata per ogni battito di metronomo**. Per eseguire gli **ottavi** suonerò **due plettrate per ogni battito** di metronomo, ma ti consiglio di provare sin da subito a muovere la mano in sedicesimi.

Passo alle **terzine**, eseguendo **tre plettrate per ogni battito** di metronomo e, infine, le **quartine** arrivando ad eseguire **quattro plettrate per ogni battito** di metronomo.

Per un maggiore controllo poi **accentare** la prima plettrata di ogni quarto.

ESERCIZIO 2

Nel caso tu lo preferisca, puoi cambiare accordi mentre esegui questo esercizio.

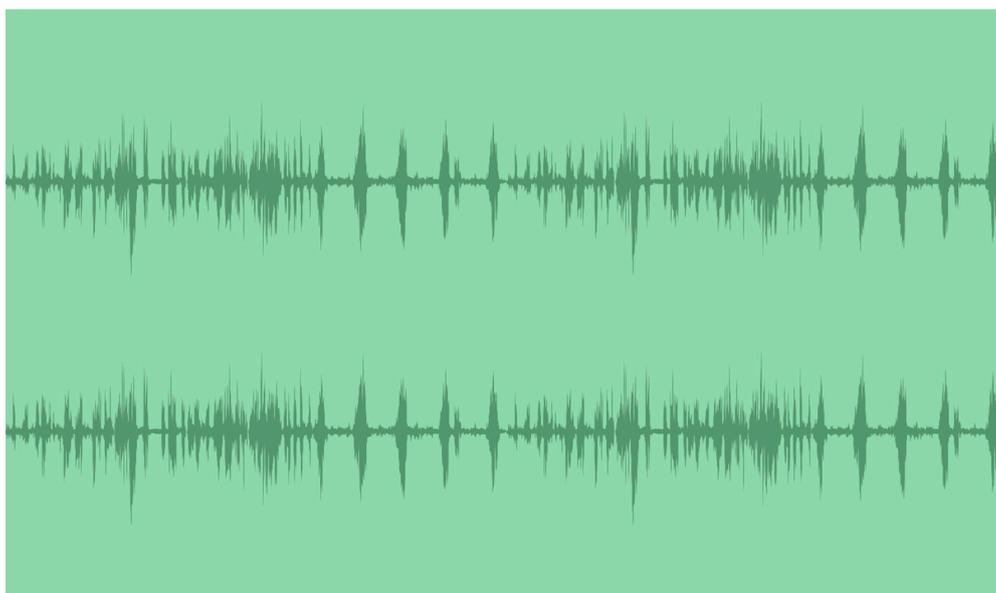
Mi raccomando che l'**attenzione** deve essere rivolta alla **mano destra**, se quindi il **cambio accordi** dovesse far **diminuire l'attenzione** alla mano su cui devi focalizzarti, evita il cambio accordi.



ESERCIZIO 2

Il prossimo passaggio, che non tutti fanno, consiste nel **registrarsi in multitraccia**, con una **DAW** come *Audacity* o *Reaper*.

Perché devi registrarti in un multitraccia? Perché **una** la utilizzerai solo per il **metronomo** e l'**altra** solo per la **chitarra**. Così facendo, potrai **vedere visivamente** all'interno del software il **picco della forma d'onda** del metronomo, rispetto al picco della forma d'onda dell'accordo eseguito e in questo modo saprai se sarai stato **perfettamente a tempo** o se avrai **anticipato** o **posticipato** l'esecuzione dell'accordo rispetto al metronomo.



ESERCIZIO 2

Questo aspetto non è messo in pratica da così tante persone e chi lo fa si rende conto di **avere un problema**. Quindi è veramente molto importante, perché chi non lo fa per troppo tempo finirà col non rendersi mai conto di avere un problema da questo punto di vista. Ciò è molto grave in quanto la prima volta in cui vorrai **registrarti**, o dovrai **andare a tempo**, ti renderai conto di **non poterlo fare**.



ESERCIZIO 3



The exercise is written in a treble clef with a C major chord. The notes and their corresponding fret numbers are:

- Measure 1: G4 (finger 1) on the 5th fret.
- Measure 2: A4 (finger 2) on the 7th fret.
- Measure 3: Bb4 (finger 2) on the 7th fret, with a sharp sign above the note.
- Measure 4: C5 (finger 2) on the 5th fret.

Bending instructions are shown above the notes: 'FULL' above the A4 and C5 notes, and '1/2' above the Bb4 note.

Andiamo a vedere il terzo esercizio, che risulta essere molto più complicato. Ti consiglio di **eseguire** questo **esercizio solo** se hai già delle **buonissime basi** del **bending**: è molto importante conoscere la **corretta postura e impostazione** della mano sinistra quando esegui questa tecnica, perché altrimenti potresti subire degli infortuni a livello dei tendini e dei muscoli.

Quindi, mi raccomando, segui un **percorso apposito** prima di fare questo esercizio sui bending.

ESERCIZIO 3

Questo esercizio è “odiato” da chi lo deve eseguire. Questo perché, almeno per chi ha già affrontato l'argomento bending, sappiamo come funziona l'esercizio basilare di questa tecnica: ottenere l'intonazione di una nota “tirando” la corda col dito posto su un tasto precedente a quello su cui si trova la nota che vogliamo ottenere.

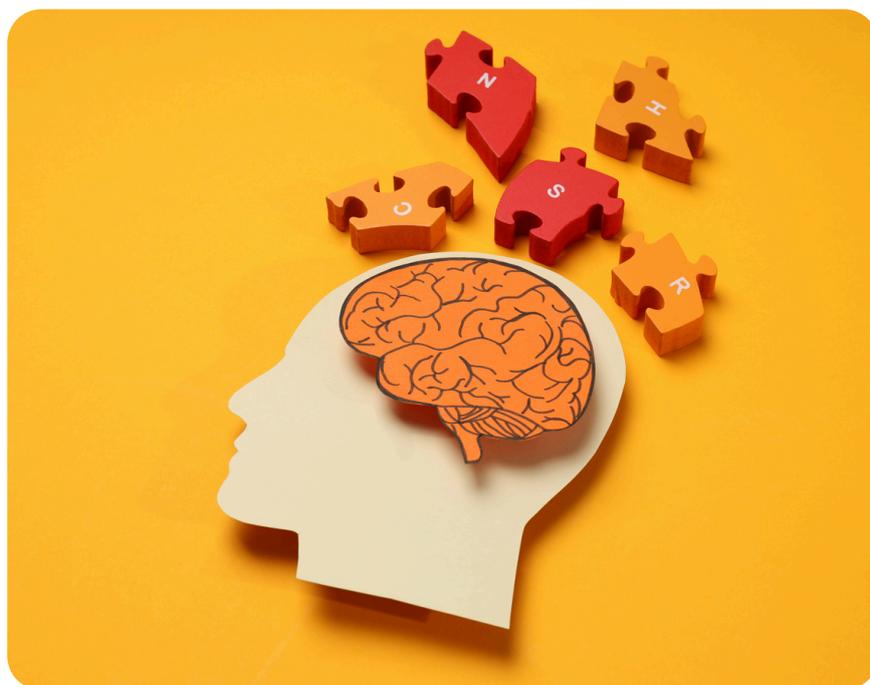
Qui sotto è presente una foto che ti permetterà di comprendere visivamente l'esecuzione di un bending.



ESERCIZIO 3

Se ci pensi questa modalità risulta abbastanza semplice, è un metodo che infatti viene utilizzato per imparare la tecnica stessa. L'esercizio risulta semplice in quanto ho la possibilità di **"tirare"**, piegare la nota fino a quando il mio **orecchio** non percepisce l'**intonazione corretta**. Questo esercizio, inoltre, è meraviglioso per quanto concerne la **memoria muscolare**.

Eseguendolo molte volte, infatti, la tua **mano si abituerà** a capire quale sia la **forza necessaria** da utilizzare per **intonare correttamente il bending**.



ESERCIZIO 3

Ma se, per esempio, dovessi eseguire un **prebend**? Nel caso tu non conosca questa tecnica, ti invito nuovamente a seguire prima un percorso in cui questa venga spiegata in maniera approfondita, come il nostro corso rapido [Painting Notes](#).

Il prebend è un bend alla **“cieca”** in cui prima ancora di pizzicare la corda col plettro tiro la corda, di conseguenza **non ho modo di ascoltare l'intonazione** del mio bending per valutare se sia corretta o meno.

L'esercizio, quindi, consiste nell'eseguire una nota, ascoltarla e provare a riprodurla, partendo da un tasto differente, grazie alla tecnica del prebend.

In questo modo non avrai modo di “correggere” il bending, dovrai sempre **tirarlo a colpo sicuro** e ti renderai conto se l'intonazione sarà corretta o, al contrario, calante o crescente.



ESERCIZIO 3

Questo esercizio ti aiuterà a testare la **memoria muscolare** che hai creato con gli esercizi più semplici sul bending.

Anche in questo caso, come nell'esercizio precedente, andiamo a **capire realmente** quale sia **il nostro livello** e non c'è modo di barare.

La maggior parte dei chitarristi che eseguono questo esercizio barano con sé stessi e fanno finta di eseguire dei prebend.

Se andiamo a scontrarci con la realtà possiamo eseguire questo esercizio coi prebend per capire se abbiamo una buona memoria muscolare o se invece dobbiamo tornare a studiare gli esercizi più basilari per consolidarla al meglio.

L'esercizio coi prebend servirà davvero a fissare nel tuo cervello la memoria muscolare necessaria e ti permetterà di capire il tuo livello reale sull'esecuzione dei bending.



ESERCIZIO 4

1

□ V □ V □ V □ V

T
A
B 7 9 10 7 9 10 7 9 10 7 9 10

2

7 8 10 7 8 10 7 8 10 7 8 10

3

5 7 9 5 7 9 5 7 9 5 7 9

ESERCIZIO 4

In questo esercizio affrontiamo il tema della **coordinazione tra le due mani** e della **velocità**.

In realtà la coordinazione è l'ingranaggio principale, che serve per aumentare la propria velocità. Per andare a lavorare su questo aspetto andiamo a creare dei **loop semplicissimi**, in modo tale da non dover porre l'attenzione sulla coordinazione delle due mani, e andremo a fare tante, **tante ripetizioni**.

Dopodiché **aumentiamo la velocità**, eseguiamo nuovamente tante, tante ripetizioni e andiamo avanti di questo passo.

Vediamo qualche esempio di di loop molto, molto semplice. Ad esempio **7, 9 e 10** tasto sulle corde di **LA** e **RE**, con **indice, anulare e mignolo**, magari eseguiti in **terzine**, dove quindi suonerai **3 note** per **ogni battito** di metronomo.

Ovviamente ognuno ha la propria velocità, non pensare di dover partire sin da subito con una velocità esagerata. Ti ho dato dei tasti e delle corde di riferimento, ma la verità è che **questi loop possono essere eseguiti ovunque**.

ESERCIZIO 4

Possiamo quindi eseguire l'esercizio in tante parti del manico, ma dobbiamo **eseguire la singola posizione** per anche **3 minuti**.

Ovviamente ti consiglio di **partire** da dei **BPM molto bassi**. Se ti ricordi, ti ho dato lo stesso consiglio anche in uno degli esercizi precedenti.

Cerca anche di sentire se ogni singola nota sia perfetta o se invece sia leggermente stoppata, se arrivi prima col plettro rispetto al dito o viceversa.

Una volta che avrai ottenuto una **coordinazione perfetta** a una velocità molto bassa potrai **aumentare pian piano i BPM**.

Ovviamente non sei costretto ad utilizzare la diteggiatura indice, anulare e mignolo, potresti sostituire ad esempio l'anulare col medio.

Puoi sfruttare l'esercizio per esercitarti anche con gli **allarghi**, quindi mantenendo le diteggiature proposte in precedenza, ma su dei **tasti più distanti** come il **5, 7 e 9**.



ESERCIZIO 5

1

1

T
A
B

5 8 5 7 5 7 5 7

2

5 7 5 8 5 7 5 8

3

8 5 7 5 8 5 7 5

4

7 5 7 5 7 5 8 5

ESERCIZIO 5

Per questo esercizio andiamo a lavorare sullo **string skipping** che, tradotto, vuol dire **saltare una corda**.

In questo esercizio infatti andremo ad **eseguire** delle **note su una corda, saltando** la **successiva** per **suonare** invece su **quella ancora dopo**.

Questo esercizio ci permette di avere **maggior padronanza** della **mano destra** man mano che ci esercitiamo.

Prendiamo per esempio una **pentatonica** di **LA Minore** con questa diteggiatura **5-8, 5-7, 5-7, 5-7, 5-8 e 5-8**.

Ora prova a **suonare** questa **diteggiatura una corda sì e una no**. Quindi per prima eseguirai la **sesta corda**, poi la **quarta**, per poi tornare **indietro di una**, quindi la **quinta**, successivamente andrai alla **terza**.

Torna indietro di una, **quarta** corda, poi **seconda**, torna **nuovamente indietro** di uno alla **terza** ed infine la **prima**

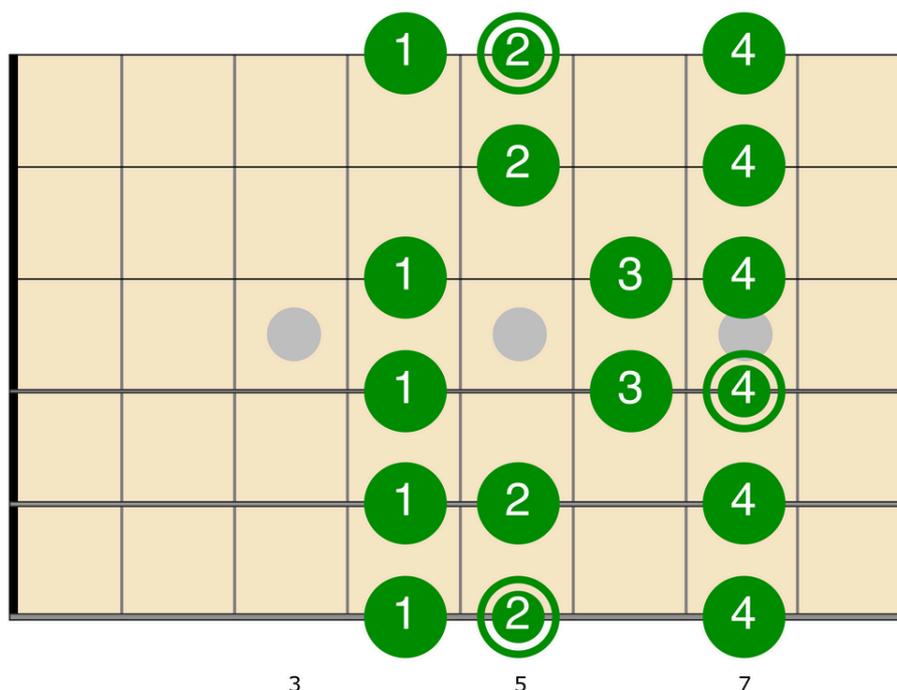
ESERCIZIO 5

Mi raccomando, se ti senti in **difficoltà** con questo esercizio, se fatichi con la mano destra a prendere le corde e non ce la fai proprio ad uscirne, vuol dire che bisogna sistemare questo problema e bisogna cercare di capire se l'**impostazione** sia corretta, se esegui tutto perfettamente o se siano necessari altri esercizi.

Quindi mi raccomando, cerca di **non sottovalutare nulla**, troviamo i problemi, perché **per ogni problema ci sono delle soluzioni**.



ESERCIZIO 6



In questo esercizio andremo a lavorare su diversi aspetti:

- **L'agilità della dita della mano sinistra** e la **coordinazione** tra le due mani, trattando le scale come se fossero degli esercizi di *stretching*
- **Memorizzazione** delle scale, più scale eseguirai, più diteggiature imparerai
- La **musicalità**, imparando la successione di suoni che costituiscono una scala, sarai in grado di prevedere le note che dovrai eseguire e associare una scala a una **sonorità**
- **Creatività**, vedremo come creare dei **lick** e dei **pattern** partendo da dei semplici concetti matematici

ESERCIZIO 6

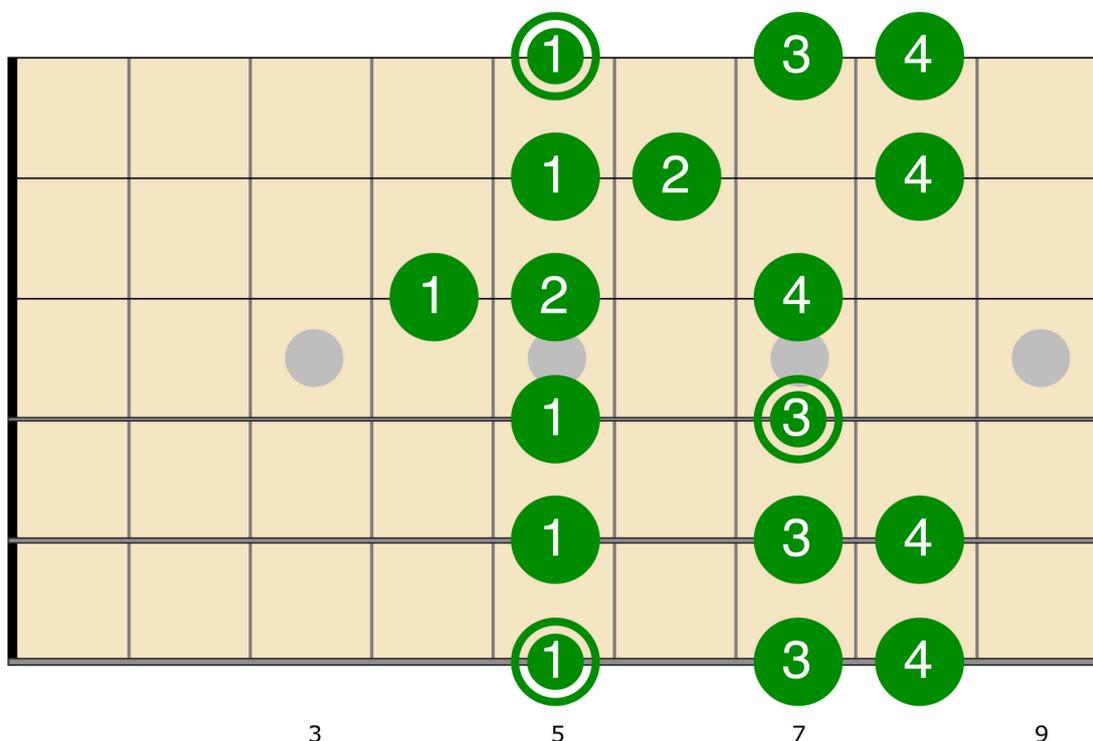
I **numeri** presenti all'interno dei pallini verdi nel diagramma presente nella pagina precedente indicano la **diteggiatura** da utilizzare per eseguire la scala. Non contando il pollice, in quanto il dito si troverà dietro al manico della chitarra, l'**1** indicherà l'utilizzo dell'**indice**, il **2** del **medio**, il **3** dell'**anulare** e il **4** del **mignolo**.

Potrai eseguire quella diteggiatura in **quarti**, suonando **una nota** per **ogni battito** di metronomo, in **ottavi**, suonando **due note** per **ogni battito** di metronomo, o in **quartine** suonando **quattro note** per **ogni battito** di metronomo.

Una volta che avrai preso confidenza con la scala in questione, quella di **LA maggiore in forma di MI**, potrai provare a **spostare** la scala in **tonalità** diverse, allenandoti a trovare la giusta posizione per una tonalità e riconoscere la sonorità della scala maggiore anche partendo da note diverse.

Successivamente potrai anche studiare la **scala minore naturale**, il cui diagramma è riportato nella prossima pagina.

ESERCIZIO 6



In entrambe le scale potrai sciogliere le dita della mano sinistra rendendole più **agili e indipendenti**, grazie alla varietà di diteggiature e posizioni presenti in queste scale.

Oltre alle diteggiature proposte potrai anche utilizzare quelle a te meno conosciute, in modo tale da studiare anche in maniera efficace altre **tonalità, posizioni o diteggiature**.

Trovo questo box particolarmente interessante, ma ti invito a sperimentarne altri, in modo tale da poterli anche utilizzare agevolmente durante l'**improvvisazione**.

ESERCIZIO 6



1. **T**
A
B

5 7 8 7 8 5 8 5 7 5 7 8 | 7 8 5 8 5 7 5 7 4 7 4 5

3 | 4 | 5 7 5 7 5 7 5 6 5 6 8 | 6 8 5 8 5 7 5 7 8

Per migliorare ulteriormente l'**agilità** delle dita o creare dei **lick** alternativi potrai creare dei **pattern**: delle *sequenze matematiche* che renderanno più varia la tua scala, rispetto a suonarla semplicemente avanti e indietro.

In questa trascrizione in **terzine**, ad esempio, suonerai **3 note**, per poi ripetere il pattern partendo dalla **seconda nota eseguita**.

Ad esempio le prime 3 note sono **LA, SI** e **DO**, dopodichè eseguire **SI, DO** e **RE** riprendendo questo pattern costituito da 3 note. Potrai procedere fino a all'ultima nota presente nella diteggiatura presa in esame.



ESERCIZIO 6

The image shows two systems of musical notation for Exercise 6. Each system consists of a musical staff with notes and a guitar tablature line with fret numbers. The first system starts with a measure number '5' and contains two measures of music. The second system starts with a measure number '7' and contains two measures of music. The tablature for the first system is: 5 7 8 5 7 8 5 7 8 5 7 8 5 | 7 8 5 7 8 5 7 4 5 7 4 5 7. The tablature for the second system is: 4 5 7 5 5 7 5 6 7 5 6 8 5 6 8 5 | 6 8 5 7 8 5 7 8.

In questa trascrizione in **quartine**, invece, suonerai **4 note**, per poi ripetere il pattern nuovamente partendo dalla **seconda nota eseguita**.

Ad esempio le prime 4 note sono **LA, SI, DO** e **RE**, dopodiché eseguirai **SI, DO, RE** e **MI** riprendendo questo pattern costituito da 4 note. Potrai procedere fino a all'ultima nota presente nella diteggiatura presa in esame.

Potresti anche decidere di suonare normalmente la scala, ma saltando delle corde, come visto nell'esercizio in **string skipping**. Il limite è solo la tua **immaginazione!**



ESERCIZIO 7A

La seconda categoria di esercizi che ti consiglio di eseguire quotidianamente sono i **lineari**, come li chiamiamo noi all'interno dei corsi di **Chitarra Facile**, che sono degli esercizi semplici e comuni.

Anche grazie a questi esercizi lavoriamo su diversi aspetti:

- l'**agilità** e la **fluidità** di movimento
- la **postura**, in quanto gli esercizi più semplici ci permettono di monitorare come siamo seduti e come imbracciamo la chitarra
- il **riscaldamento**, motivo per cui sono da eseguire quotidianamente
- la **correzione** di altri aspetti. Trattandosi di esercizi che possiamo eseguire molto lentamente sono perfetti per verificare qualsiasi altro aspetto su cui vogliamo soffermarci o lavorare.

La filosofia di questi esercizi prevede di eseguire una successione di **note cromatiche**, un tasto dopo l'altro, senza una vera e propria melodia.

Nelle prossime pagine troverai **3 diteggiature diverse**.



ESERCIZIO 7A

1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4

4 5 6 1 2 3 4 1 2 3 4

7 8 9 5 4 3 2 5 4 3 2 5 4 3 2

10 11 12 5 4 3 2 5 4 3 2 5 4 3 2

13 14 3 4 5 6 3 4 5 6

ESERCIZIO 7A

Nell'esempio precedente hai dovuto utilizzare **4 dita: indice, medio, anulare e mignolo**.

Dovrai associare ogni dito a un tasto diverso.

Partendo dal **primo tasto** dovrai eseguire in successione queste **quattro dita** su **ogni corda**, partendo dal MI grave fino al MI cantino.

Dopodiché ti sposterai avanti di un tasto e ripeterai la successione fino a tornare al MI grave.

Da questo punto potrai continuare a slittare avanti di un tasto ogni volta che avrai raggiunto un estremo della tastiera fino alla fine del manico.

Ti suggerisco di iniziare ad eseguire l'esercizio in **quarti**, quindi eseguendo **una nota** per **ogni battito** di metronomo.



ESERCIZIO 7B

1 2 3

Musical notation for measures 1-3. Measure 1: G4, A4, B4. Measure 2: C#5, B4, A4. Measure 3: G4, F#4, E4. Fingering: 1 3 4, 1 3 4, 1 3 4.

4 5 6

Musical notation for measures 4-6. Measure 4: D4, C#4, B3. Measure 5: A3, G3, F#3. Measure 6: E3, D3, C#3. Fingering: 1 3 4, 1 3 4, 1 3 4.

7 8 9

Musical notation for measures 7-9. Measure 7: B3, A3, G3. Measure 8: F#3, E3, D3. Measure 9: C#3, B2, A2. Fingering: 5 4 2, 5 4 2, 5 4 2.

10 11 12

Musical notation for measures 10-12. Measure 10: G2, F#2, E2. Measure 11: D2, C#2, B1. Measure 12: A1, G1, F#1. Fingering: 5 4 2, 5 4 2, 5 4 2.

13 14

Musical notation for measures 13-14. Measure 13: E2, D2, C#2. Measure 14: B1, A1, G1. Fingering: 3 5 6, 3 5 6.

ESERCIZIO 7B

Nell'esempio precedente hai dovuto utilizzare **3 dita: indice, anulare e mignolo**.

Dovrai associare ogni dito a un tasto diverso.

Partendo dal **primo tasto** dovrai eseguire in successione queste **tre dita** su **ogni corda**, partendo dal MI grave fino al MI cantino.

Dopodiché ti sposterai avanti di un tasto e ripeterai la successione fino a tornare al MI grave.

Da questo punto potrai continuare a slittare avanti di un tasto ogni volta che avrai raggiunto un estremo della tastiera fino alla fine del manico.

Ti suggerisco di iniziare ad eseguire l'esercizio in **quarti**, quindi eseguendo **una nota** per **ogni battito** di metronomo.



ESERCIZIO 7C

1 2 3

Musical notation for measures 1-3. Measure 1: G4, A4, B4. Measure 2: C5, B4, A4. Measure 3: G4, F4, E4. Fingering: 1 2 4, 1 2 4, 1 2 4.

4 5 6

Musical notation for measures 4-6. Measure 4: D4, C4, B3. Measure 5: A3, G3, F3. Measure 6: E3, D3, C3. Fingering: 1 2 4, 1 2 4, 1 2 4.

7 8 9

Musical notation for measures 7-9. Measure 7: B3, A3, G3. Measure 8: F3, E3, D3. Measure 9: C3, B2, A2. Fingering: 5 3 2, 5 3 2, 5 3 2.

10 11 12

Musical notation for measures 10-12. Measure 10: G2, F2, E2. Measure 11: D2, C2, B1. Measure 12: A1, G1, F1. Fingering: 5 3 2, 5 3 2, 5 3 2.

13 14

Musical notation for measures 13-14. Measure 13: G2, F2, E2. Measure 14: D2, C2, B1. Fingering: 3 4 6, 3 4 6.

ESERCIZIO 7C

Nell'esempio precedente hai dovuto utilizzare **3 dita: indice, medio e mignolo**.

Dovrai associare ogni dito a un tasto diverso.

Partendo dal **primo tasto** dovrai eseguire in successione queste **tre dita** su **ogni corda**, partendo dal MI grave fino al MI cantino.

Dopodiché ti sposterai avanti di un tasto e ripeterai la successione fino a tornare al MI grave.

Da questo punto potrai continuare a slittare avanti di un tasto ogni volta che avrai raggiunto un estremo della tastiera fino alla fine del manico.

Ti suggerisco di iniziare ad eseguire l'esercizio in **quarti**, quindi eseguendo **una nota** per **ogni battito** di metronomo.

ESERCIZIO 8

In questa **terza categoria** di esercizio andiamo a lavorare principalmente su tre aspetti diversi:

- **timing**, ossia suonare bene a tempo
- **mano destra**, ottenere un movimento sciolto ma deciso durante la ritmica
- **muting mano sinistra**, ottenere un suono molto pulito e preciso facendo sentire solo le note desiderate, cosa che avviene anche in **Can't Stop** dei **Red Hot Chili Peppers**, per farti un esempio

Questo esercizio, ovviamente, è un esempio di cosa potresti fare, ma risulta essere davvero interessante e efficace in quanto avendo sia **note singole** sia **accordi**, ti permetterà di lavorare sul **muting** della mano sinistra e sulla **frustata** della mano destra.

L'esercizio prevede l'esecuzione, in sedicesimi e ottavi, di un **RE7(9#)** e alcune note singole.

ESERCIZIO 8

La **prima** e la **seconda battuta** sono **identiche**: dovrai eseguire il **primo sedicesimo** del **primo quarto**, con una plettrata verso il basso, e stoppare le altre tre. Nel **secondo quarto** eseguirai il **primo** e il **terzo sedicesimo**, sempre plettrando verso il basso, e stopperai gli altri. Il **terzo quarto** è **identico al primo** e terminerai la battuta con **due ottavi** da eseguire plettrando verso il basso con le due **note singole**.

Nella **terza battuta** partiamo eseguendo **due note** singole in **ottavi** plettrando verso il basso per poi, sul **secondo quarto**, eseguire il **secondo** e **quarto sedicesimo**, plettrando verso l'alto, e stoppando gli altri. Ripetiamo questi due quarti per completare la battuta.

Nella **quarta** e ultima **battuta** l'aspetto ritmico resterà identico, cambieranno solo le note singole da dover eseguire.



ESERCIZIO 9

1 2 3

T
A
B

1 3 4 1 3 4 6 8 6 4 8 6

4 5 6

4 6 8 9 6 8 10 11 10 8 11 9

7 8 9

8 9 11 13 10 11 13 15 13 11 15 13

10

11 13 13



ESERCIZIO 9

Definiamo questa quarta categoria di esercizi **orizzontale**, in quanto andremo a **rompere gli schemi** eseguendo una **scala** solo **due corde** e spostandoci in **orizzontale** sulla tastiera della chitarra, non in verticale come abbiamo visto precedentemente e come viene sempre fatto.

Questo è un ottimo modo per migliorare la nostra **creatività** e **capacità improvvisativa**, perché andiamo a forzare un ragionamento più orizzontale.

Nell'esempio proposto dovrai eseguire una **scala minore naturale di FA**, utilizzando unicamente la **sesta** e la **quinta corda**, spostandoti di posizione in posizione tramite uno **slide**.

ESERCIZIO 9

Tramite il nostro libro **Scale per Chitarra in Tutte Le Tonalità** potresti cercare altri schemi per eseguire diverse scale su altre coppie di corde e in altre tonalità.



ESERCIZIO 10



In questa **quinta categoria**, che ha a che fare col **bending**, lavoreremo su diversi aspetti:

- la **precisione** del bending
- **rafforzare** la **muscolatura** della mano sinistra

Vedrai infatti come, migliorare la tecnica e la precisione di questa tecnica, ti farà percepire la mano come **più forte** e fluida, notando uno sforzo minore per l'esecuzione di del bending se eseguito dopo gli esercizi di stretching, ad esempio i lineari, che abbiamo visto in precedenza.

ESERCIZIO 10

Attenzione! Anche in questo caso, come per l'**esercizio 3**, ti sconsiglio assolutamente di provare a eseguire questo esercizio nel caso tu non abbia già una **buona padronanza della tecnica** e se tu non abbia già seguito un percorso per apprenderla al meglio, per **salvaguardare i muscoli** e i **tendini** della tua mano.



ESERCIZIO 10



Detto questo, l'esercizio consiste nell'eseguire **3 note** poste su **3 tasti adiacenti**, ad esempio **DO, DO# e RE** al **5, 6 e 7** tasto della corda di SOL.

Dopodiché dovrò eseguire le stesse identiche note, partendo dal diteggiare il quinto tasto, grazie alla tecnica del **bending**. Per ottenere il **DO#** posto al **sesto tasto** dovrai eseguire un **bending di 1/2 tono**, mentre per eseguire il **RE** posto al **settimo tasto** dovrai eseguire un **bending di un tono**.

Chiaramente potrai traslare questo esercizio su **altri tasti, altre corde** o anche eseguire il bending col dito **medio** anziché l'anulare.

UNA SORPRESA PER TE!

Oltre a questi **10 esercizi** e tutto il materiale che troverai su www.esercizichitarra.com, abbiamo deciso di regalarti anche un esercizio tratto dal nostro libro, *best seller su Amazon*, **100 Esercizi da Divano!**

Vediamo insieme l'**esercizio 18** del libro.





UNA SORPRESA PER TE!

18

103 104

9 10 12 9 10 12 9 10 12 9 10 12 | 7 8 10 7 8 10 7 8 10 7 8 10

3 3 3 3 3 3 3 3

1 2 4 1 2 4 1 2 4 1 2 4 | 1 2 4 1 2 4 1 2 4 1 2 4

105 106

5 6 8 5 6 8 5 6 8 5 6 8 | 3 4 6 3 4 6 3 4 6 3 4 6

3 3 3 3 3 3 3 3

1 2 4 1 2 4 1 2 4 1 2 4 | 1 2 4 1 2 4 1 2 4 1 2 4

107 108

1 2 4 1 2 4 1 2 4 1 2 4 | 1 - - -

3 3 3 3 1

1 2 4 1 2 4 1 2 4 1 2 4



UNA SORPRESA PER TE!

In questo esercizio dovrai eseguire il pattern **1, 2 e 4** (**indice, medio e mignolo**) a **terzine**, eseguendo quindi **3 note** per **ogni battito** di metronomo.

Oltre ad essere un esercizio utile per lo sviluppo della **plettrata alternata** su **una corda** sola e per la **coordinazione** delle mani, questo esercizio è anche utile per migliorare l'**allargo delle dita**.

Come puoi vedere, infatti, dovrai eseguire questo pattern per **4 volte**, per poi spostarti indietro lungo il manico della chitarra, andando ad **aumentare** man mano la **larghezza** dei tasti.

Come riferimento, nota come inizierai a eseguire il **9 tasto** della corda di SOL con l'**indice**, per spostarti di pallino ad ogni cambio, fino ad arrivare al **primo tasto**.

CONCLUSIONI

Per vedere la **spiegazione video** dei **primi 5 esercizi** di questa guida, puoi scansionare il QR code sottostante!



CONCLUSIONI

Per vedere la **spiegazione video** degli **ultimi 5 esercizi** di questa guida, puoi scansionare il QR code sottostante!



CONCLUSIONI

Bene, siamo giunti al termine di questa guida, spero che questi esercizi ti stiano aiutando nel tuo percorso con la chitarra!

Ci tengo ancora a ricordarti che ancora più dell'esercizio in sé, è fondamentale verificare il **se** e il **come** tu li stia applicando!

Siamo a tua completa disposizione, puoi contattarci senza problemi all'indirizzo email **luca@chitarrafacile.com**, contattandoci tramite il **numero verde 800824698** o scrivendo al tuo **tutor** nel caso tu ne abbia uno già assegnato.

Bene, spero che la guida sia stata di tuo gradimento. Se così fosse puoi valutare se continuare a seguire i nostri percorsi completi, strutturati in un certo modo e con metodo su **www.chitarrafacile.com**.