

Übungen

gerade Betonung

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|----------|---|---|---|----------|---|---|---|----------|---|---|---|----------|---|---|---|
| Zählzeiten | 1 | a | + | e | 2 | a | + | e | 3 | a | + | e | 4 | a | + | e |
| Snare | R | | L | | R | | L | | R | | L | | R | | L | |

ungerade Betonung

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|----------|---|---|---|----------|---|----------|---|----------|---|---|---|----------|---|---|---|
| Zählzeiten | 1 | a | + | e | 2 | a | + | e | 3 | a | + | e | 4 | a | + | e |
| Snare | R | | L | | R | | L | | R | | L | | R | | L | |

ungerade Betonung 2

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|----------|---|---|----------|----------|---|----------|---|----------|----------|---|---|----------|---|----------|----------|
| Zählzeiten | 1 | a | + | e | 2 | a | + | e | 3 | a | + | e | 4 | a | + | e |
| Snare | R | L | R | L | R | L | R | L | R | L | R | L | R | L | R | L |

Training für beide Hände (alle Zeilen hintereinander)

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|----------|---|---|---|----------|---|---|---|----------|---|---|---|----------|---|---|---|
| Zählzeiten | 1 | a | + | e | 2 | a | + | e | 3 | a | + | e | 4 | a | + | e |
| Snare | R | | R | | R | | R | | R | | R | | R | | R | |
| Snare | L | R | L | R | L | R | L | R | L | R | L | R | L | R | L | R |
| Snare | L | | L | | L | | L | | L | | L | | L | | L | |
| Snare | R | L | R | L | R | L | R | L | R | L | R | L | R | L | R | L |

Training für Double Stroke Roll

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|----------|---|---|---|----------|---|---|---|----------|---|---|---|----------|---|---|---|
| Zählzeiten | 1 | a | + | e | 2 | a | + | e | 3 | a | + | e | 4 | a | + | e |
| Snare | R | | L | | R | | L | | R | R | L | L | R | R | L | L |