

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

## Solfège progressive. Noires et triolets de croches.

Exercices à faire dans les "4 sens" de coordination;  
verticale à droite, verticale à gauche, diagonale à droite et diagonale à gauche.  
Enchaîner 4 fois la mesure puis 4 fois la ligne.

1

1 & a 2 3 4

2

1 2 & a 3 4

3

1 2 3 & a 4

4

1 2 3 4 & a

5

1 & a 2 3 & a 4

6

1 2 & a 3 4 & a

7

1 & a 2 & a 3 4

8

1 2 & a 3 & a 4

9

1 2 3 & a 4 & a

10

1 & a 2 3 4 & a

11

1 2 3 4

12

1 & a 2 & a 3 & a 4 & a