

## Solfège progressive. Croches en contretemps & doubles 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 2

o | o | | |  
1 i & a 2 & 3 & 4 &      1 & 2 i & a 3 & 4 &

3 4

1 & 2 & o | o | | |  
3 i & a 4 &      1 & 2 & 3 & o | o | | |  
4 i & a

5 6

o | o | | | o | o | | |  
1 i & a 2 & 3 i & a 4 &      1 & 2 i & a 3 & o | o | | |  
4 i & a

7 8

o | o | o | o | | | | |  
1 i & a 2 i & a 3 & 4 &      1 & 2 i & a 3 i & a 4 &

9 10

1 & 2 & o | o | o | o | | |  
3 i & a 4 i & a      o | o | | | 2 & 3 & o | o | | |  
4 i & a

11 12

1 & 2 & 3 & 4 &      o | o | o | o | o | o | o | o | o | o |  
1 i & a 2 i & a 3 i & a 4 i & a