

EXERCICES RYTHMIQUES

Les temps

1

1	2	3	4
▼	▼	▼	▼
▼	.	▼	▼
▼	▼	.	▼
▼	▼	▼	.
.	▼	▼	▼
▼	.	▼	.
▼	.	.	▼

Les contre-temps

8

1 et	2 et	3 et	4 et
▼ ▲	▼ ▲	▼ ▲	▼ ▲
▼	▼ ▲	▼ ▲	▼ ▲
▼ ▲	▼	▼ ▲	▼ ▲
▼ ▲	▼ ▲	▼	▼ ▲
▼ ▲	▼ ▲	▼ ▲	▼
▼	▼ ▲	▼	▼ ▲
▼ ▲	▼	▼ ▲	▼

En ôtant des temps

15

1	et	2	et	3	et	4	et
▼	▲	.	▲	▼	▲	▼	▲
▼	▲	▼	▲	.	▲	▼	▲
▼	▲	▼	▲	▼	▲	.	▲
.	▲	▼	▲	▼	▲	▼	▲
▼	▲	.	▲	▼	▲	.	▲
▼	▲	.	▲	.	▲	.	▲