CORSO BODHRAN

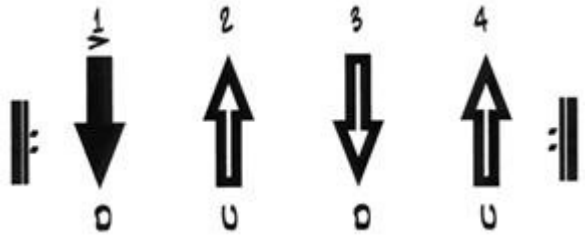
PRIMA DI COMINCIARE
Fare degli esercizi di stretching alle dita, piegamenti dei polsi e altri stiramenti alle braccia. Esercitarsi almeno 30 minuti al giorno e per almeno 5 giorni alla settimana

Primi esercizi

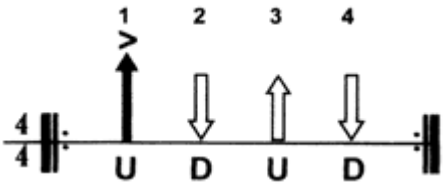
Il **primo esercizio** da fare è quello di muovere il cipin giù e su colpendo la pelle con un colpo ben assestato, il colpo non deve "strusciare" sulla pelle, ma proprio "battere" contro la pelle perpendicolarmente ad essa. La prima difficoltà sarà quella di imprimere la stessa forza anche ai colpi in levare (quelli in su) e quindi all'inizio dovrete rassegnarvi a continuare a battere giù e su, fino a quando raggiungerete la necessaria padronanza del movimento. Abituatevi fin dall'inizio a tenere la mano sinistra sulla pelle, esercitando varie pressioni e spostandola in alto o in basso durante i colpi con la mano destra.
Con la **tecnica Top End** la bacchetta si impugna sempre come se fosse una matita, tenendola non più a metà o a 1/3 come per il metodo tradizionale, bensì all'estremità; il movimento è sempre impresso dal polso

Il **secondo esercizio** sarà quello di imparare i tempi base della musica che per quella celtica sono 4/4 (reel) e 6/8 (jig) e incominciare a contare le battute.

4/4: si ripete lo schema per 4 volte fino a un totale di 8
Il primo colpo in battere è più forte degli altri. Ripetete a voce alta RO-MA

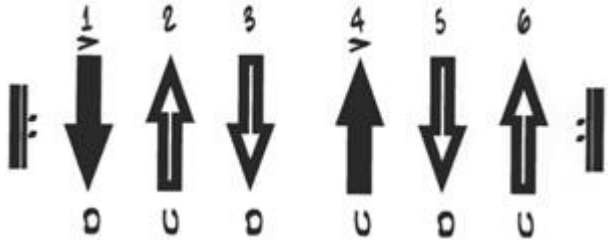


Ripetete anche iniziando con il levare accentuando la prima battuta

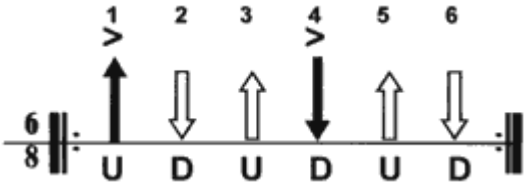


Questo esercizio vi aiuterà a migliorare nel dare l'accento più forte sulla battuta (in battere – down o in levare – up)
Un altro accorgimento che può aiutarvi è quello di raggruppare i colpi in zone diverse del tamburo ad esempio il primo è battuto più in basso, gli altri 3 leggermente più in alto

6/8: si ripete lo schema fino a 8 volte
Il primo colpo di ogni 3 è più forte. Ripetete a voce alta NA-PO-LI



Ripetete anche iniziando con il levare accentuando la prima battuta



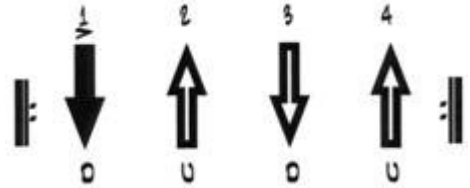
Si consiglia l'uso di un **metronomo** per aiutarsi nella fase di accelerazione della velocità, sarà un po' come le prime volte che si guida, all'inizio 40 o 60 battute vi sembreranno di una velocità pazzesca, ma poi vi risulteranno lente e noiose quando riuscirete a passare alle 100 -120!

Siete quindi pronti per passare alle fasi successive?

REEL

Primo esercizio

Tempo base 4/4

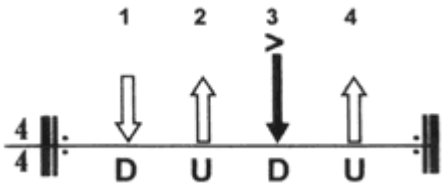


Abbiniamo anche il movimento della mano sinistra: nei primi 2 colpi, la manosx è appoggiata solo con il palmo (più sonoro); negli altri 2 colpi, la mano sx è piatta (meno sonoro).
Cambiamento di tonalità con la variazione della pressione sulla pelle:
La mano aperta di piatto sulla pelle produce un suono sordo se si spinge con il polso il suono vibra ancora di più.
Potete ruotare di 45° la mano poggiandola quasi di taglio, ma con pollice ancora aderente alla pelle, per ottenere un suono intermedio (posizione chiusa, 1) , o ruotarla ancor di più, pollice staccato, come per dare un colpo di karate, minore superficie aderente alla membrana, palmo un po' chiuso a coppa, per un suono più forte (posizione aperta, 2).
Nel reel, chiudete e aprite la mano alternativamente ogni due colpi: incominciate in posizione 2 nei primi duecolpigiù-su; spostatevi in posizione 1 per gli altri due colpi giù-su, e così via.

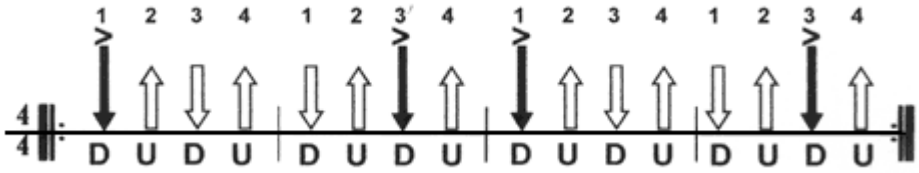
Un buon esercizio per la mano sinistra è quello di suonare dei sets regolari di 4 battute ed alternare: palmo piatto contro il bordo superiore della pelle, il bordo interiore della mano pressato contro il bordo superiore della pelle, il bordo esterno della mano pressato nel mezzo della pelle, e un suono con pelle libera. Questi 4 toni sono quelli base

Adesso impariamo a variare gli accenti

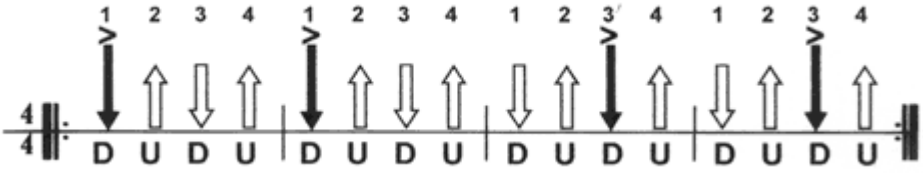
Memorizzate con un-due un-due e raggruppateli in zone il gruppo un-due in alto (ore 15) e il gruppo un-due in basso (ore 18)



Ripetete questa sequenza: memorizziamola con un-due un-due un-due un-due
Anche in questo caso è molto utile raggruppare in punti diversi le battute ad esempio il gruppo di un-due in basso (ore 18) e il gruppo un-due più in alto (ore 15)

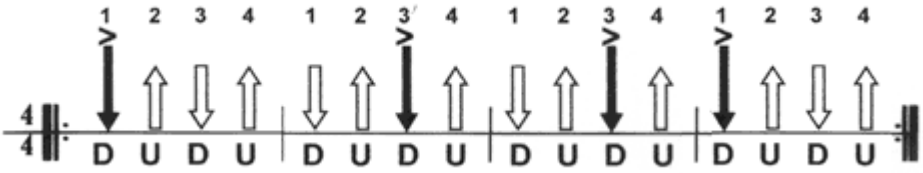


Altra sequenza
memorizziamola con
un-due un-due un-due un-due un-due un-due un-due un-due
ovvero
1giù (un-due) su (un-due) 2giù (un-due) su (un-due) su (un-due) 3giù (un-due) su (un-due) 4giù (un-due)
(con giù e su non si indicano le battute ma la posizione in basso (ore 18) e in alto (ore 15)

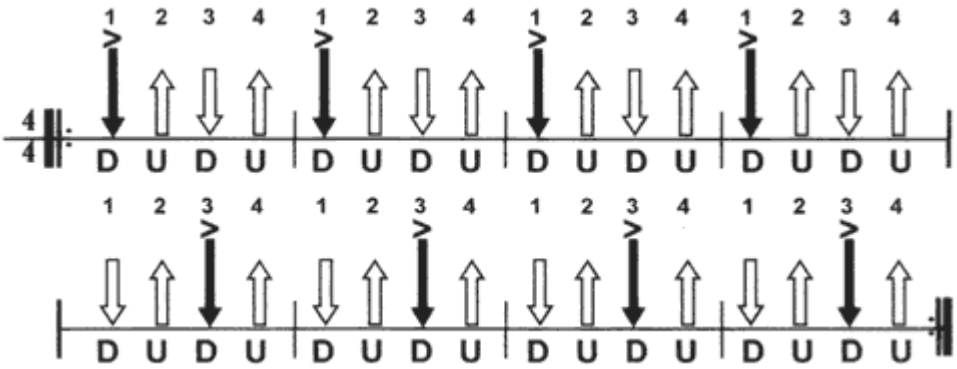


e anche ovvero

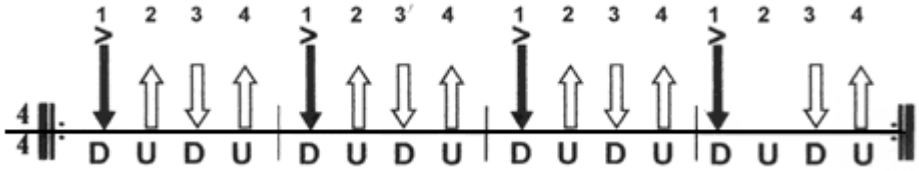
1giù (un-due) su (un-due) su (un-due) 2giù (un-due) su (un-due) 3giù (un-due)4giù (un-due) su (un-due)



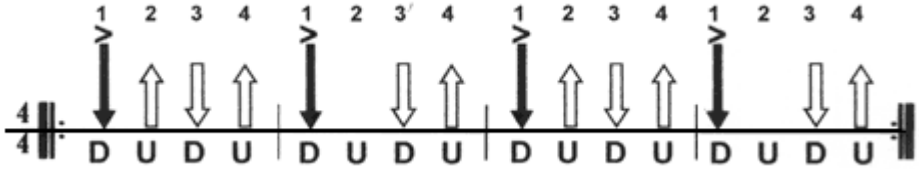
Altra sequenza
La sequenza può essere memorizzata contando
1giù (un-due) su (un-due) 2giù (un-due) su (un-due) 3giù (un-due) su (un-due)
4giù (un-due) su (un-due) su (un-due) 1giù (un-due) su (un-due) 2giù (un-due) su (un-due) 3giù (un-due) su (un-due) 4giù (un-due)
(con giù e su non si indicano le battute ma la posizione in basso (ore 18) e in alto (ore 15)



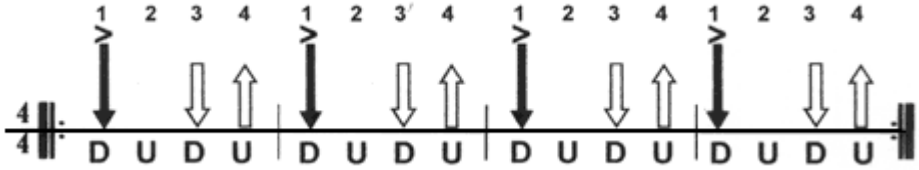
Secondo esercizio
Saltare le note
sempre tenendo la stessa gestualità e rispettando i tempi, saltate il secondo colpo della quarta battuta:



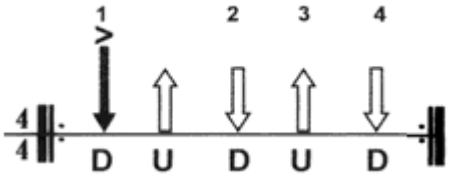
Alternate saltando il secondo colpo una volta no e una volta sì



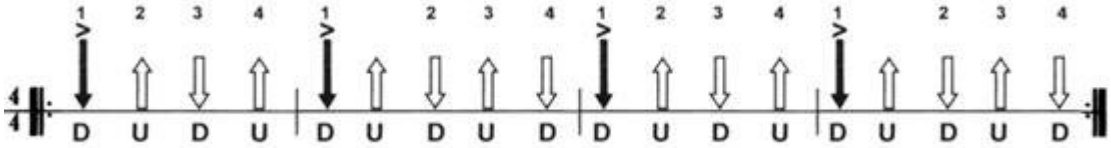
e anche



Terzo esercizio
Il raddoppio delle battute
Se raddoppiate il primo battito diventa (sempre cominciando in giù): "1and-2-3-4".



Poi raddoppiate una battuta no e una sì:

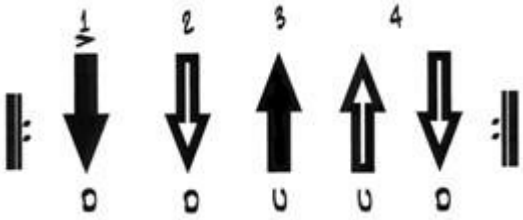


Il raddoppio delle battute DOWN UP DOWN
Invece di una singola battuta se ne contano due (sempre nella stessa barra di 4), questa volta l'accento è anche sul levare e si mette sulla prima, la quarta e la settima battuta
Qui più che contare con un-due è meglio contare un-due-tre un-due-tre un-due

Incominciate anche ad accompagnare la pressione della pelle con la mano sinistra con la battuta 1 la mano sinistra si trova in alto (ore 12) e scende al centro facendo pressione sulla battuta 4 per poi ritornare in alto

Variazione
Questa volta l'accento datelo sulla 2^ e sulla 5^ battuta
Un-due un-due un-due un-due

Quarto esercizio
Pattern DOWN-DOWN-UP-UP-DOWN
Alternatelo con quello base imparato nel primo esercizio

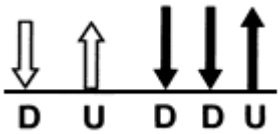


Quinto esercizio
La triplet

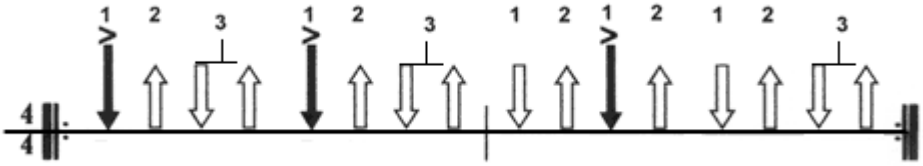
E' il colpo che viene dato con la testa del cipin ed è un movimento fluido in rotazione tra il battere e il levare si aggiunge il colpo di testa del cipin.
Questa tecnica è denominata "raddoppiare il "downstroke" o il colpo in giù. Dopo il colpo in giù, girate la vostra mano ulteriormente, di modo che la testa superiore del cipin colpisca il tamburo come diretta conseguenza di questo movimento, producendo il secondo battito; colpo in su, ritornando alla posizione di partenza.
Ripetete l'esercizio: /giù-su giù raddoppiato- su/
La triplet si può aggiungere a piacere ma senza strafare, se eseguita di seguito si ha il roll ossia una serie di triplet, in genere utilizzate nella chiusura del set musicale. Fate pratica con un solo "roll" di 4 beats: giù raddoppiato- su-giù

Con la tecnica Top End
Essenzialmente il colpo extra si produce raddoppiando la battuta, il primo colpo viene dato senza completare il movimento di rotazione del polso ed è subito seguito dal secondo colpo in rotazione completa, si conti un-due down-down-upvelocizzando i movimenti delle ultime tre battute

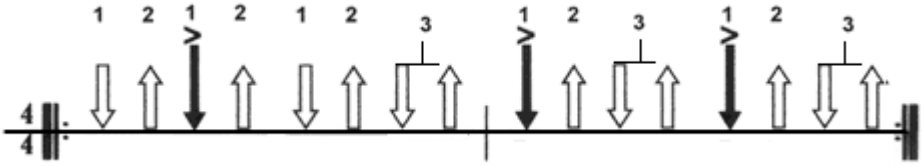
In ogni caso sia con lo stile tradizionale che con quello Top End l'esercizio da fare è il seguente: un-due tri-pl-et con il colpo extra dato con l'altra estremità del bastoncino tradizionale o con il raddoppio della prima battuta se con il bastoncino affusolato



Sesto esercizio
Variazioni con triplet
un-due-trip Un-due-trip / un-due un-due un-due-trip

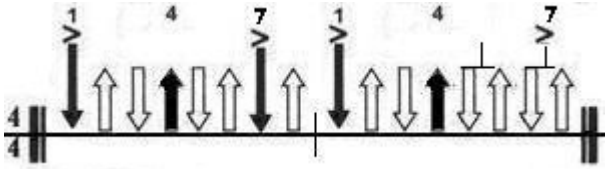


oppure
un-due un-due un-due-trip / un-due-trip un-due-trip

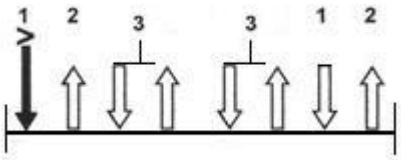


Variazione con Roll
Nella 7^ e 8^ barra
Un-due-trip trip trip / trip trip trip

Settimo esercizio
Il raddoppio delle battute DOWN UP DOWN (DOWN UP e triplet)
un-due-tre un-due-tre un-due / un-due-tre un-trip-trip



Questa barra invece la potete aggiungere come abbellimento o come ulteriore esercizio



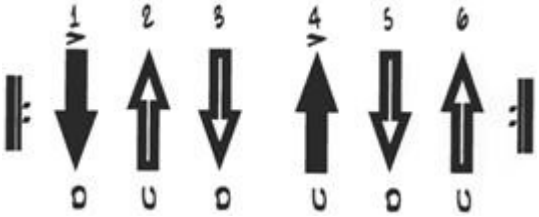
Ottavo esercizio
Personalmente non amo i colpi sul bordo (rim shots)
Ci sono due metodi per suonare sul bordo o orlo dello strumento, creando un suono "legnoso" staccato. Il più comune è quello di suonare sulla cornice, proprio come se suonaste sulla pelle.
Rim playing (sulla cornice)- Potete ruotare il bodhràn, pelle in fuori e parte vuota verso il vostro petto, per suonare sulla cornice; capocchia superioredelcipin verso l'esterno, inferiore verso il vostro petto. Provate gruppi di 4 colpi giù-su-(come un reel), tutti con la parte inferiore del cipin . Ora provate quest'altro ritmo (triplet): "down-up-up//down-up-up//…" dove "down" è suonato con capocchia inferiore; il primo "up" con capocchia superiore ;

secondo "up" capocchia inferiore Alternate parti suonate sulla pelle con parti suonate sulla cornice.
L'altro è quello di colpire l'orlo della membrana, dove comincia la cornice.
Nel Reel, possiamo alternare colpi dati nel quarto consueto del bodhràn con colpi dati vicino al bordo davanti . Date sull'orlo il colpo accentato (in giù): 1-2-3-4//1-2-3-4… Per fare questo, allungate il braccio in avanti e la punta superiore delcipin va a finire davanti, fuori dal tamburo. Se spostate il bodhràn leggermente dal vostro corpo, potete suonare rimshots indifferentemente in su o in giù, mescolandoli liberamente con gli altri colpi

Variazioni Reel con skip e orlo- Eseguite un reel; i primi due colpi vanno dati sulla pelle, gli altri due sull'orlo; fate un po' d'esercizio, poi complichiamo: dei primi due colpi dati sulla pelle, il secondo è "saltato" (skip)

JIG

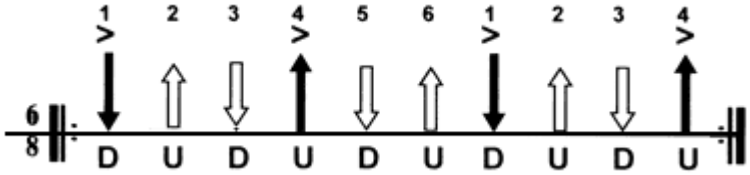
Riprendiamo il tempo in 6/8
e contiamo un-due-tre un-due-tre (Giù- su- giù// su- giù- su)



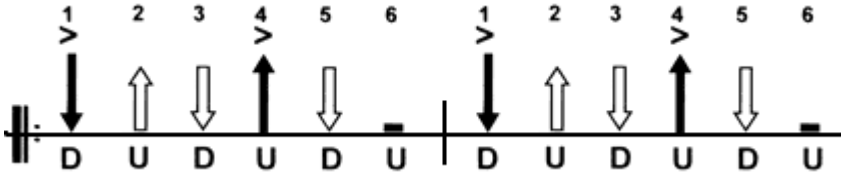
Ripetetelo 4 volte in basso (ore 18) contando solo il primo DOWN e 4 volte in alto (ore 16) contando solo il primo DOWN, e via di seguito

Abbiniamo anche il movimento della mano sinistra, per il cambiamento di tonalità con la variazione della pressione sulla pelle: potete ruotare di 45° la mano poggiandola quasi di taglio, ma con pollice ancora aderente alla pelle, per ottenere un suono intermedio (posizione chiusa, 1) , o ruotarla ancor di più, pollice staccato, come per dare un colpo di karate, minore superficie aderente alla membrana, palmo un po' chiuso a coppa, per un suono più forte (posizione aperta, 2)
la mano sx si apre e si chiude alternativamente sulla pelle: sul primo beat, seconda posizione (open, mano a karate, suono forte); nel secondo accento, quello in su a metà battuta, posizione 2 (closed)

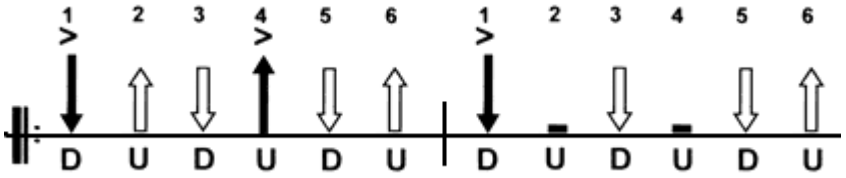
Primo esercizio



Secondo esercizio
Jig con skip- Sopprimete la sesta nota dalla jig
d u d /u d (s) / /d u d /u d (s) //d u d /u …cioè come le pennate della chitarra



Jig con skip- I primi 6 colpi normali, negli altri 6 il secondo e il quarto sono "saltati":
1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 // 1 - (2)- 3 - (4) - 5 - 6 //

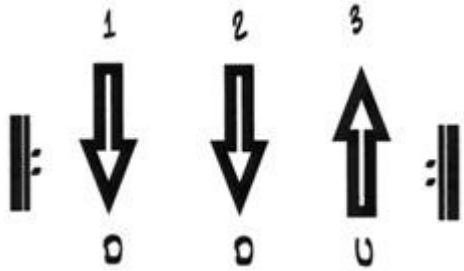


Terzo esercizio
Jig con rimshots
Nella jig, viene eseguito un rim shot sul 4° beat dei 6, cioè il secondo colpo accentato, usualmente in su (sull'orlo del tamburo)
1-2-3/"1"-2-3/1-2-3/"1"-2-3// …cioè giù su giù/"su" giù su/ giù su giù /"su" giù su /giù
il battito in su, contrassegnato con * al 4° colpo, dato sulla cornice , si può scrivere e contare anche come
1-2-3// 4* -5-6

Varianti Jig pelle e cornice
1* -2-3-4-5-6 // 1* -2-3-4-5-6 dove al primo colpo batto in giù sulla cornice partendo dall'alto
Oppure: 1*-2-3-4*-5-6// 1*-2-3-4*-5-6// dove 1* è colpo in giù sulla parte superiore della cornice; 4* è un colpo in su sulla cornice nella parte inferiore
Oppure
1-2-3/4*-5-6//con quest'altra frase: 1-2-3/4*-5-6*// (sia il quarto colpo che il sesto sono dati sulla cornice, in posizione 1 perché sono tutti e due colpi in su). Si ottiene: 1-2-3/4*-5-6 // 1-2-3/4*-5-6*//

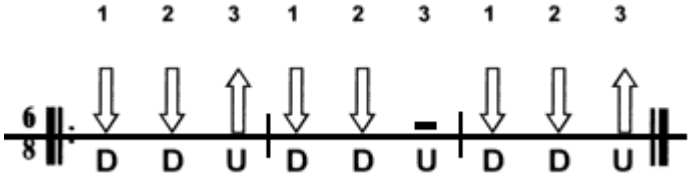
Variazioni
DOWN CLICK DOWN CLICK NO CLICK
1-2*-3-4*-5-6

Quarto esercizio
Pattern base DOWN-DOWN UP
La prima battuta non esegue la rotazione completa del polso, ma è semplicemente un colpo stoppato e seguito dal secondo in rotazione completa

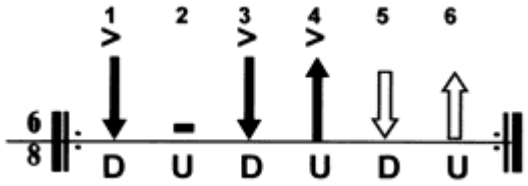


Variante: su su giù- su su giù- su su giù

Ulteriore variante
Jig con skip- Sopprimete la sesta nota dalla jig
down down up/down down (skip)/ down down up



Quinto esercizio
Pattern base
Memorizzatelo con DOWN-DOWN UP-due-tre e sviluppiamolo battendo i colpi 1 e 3 in basso (ore 18) con l'UP ci spostiamo in alto e completiamo le battute (ore 15)

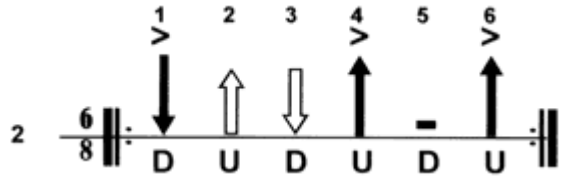


DOWN-DOWN UP con rim shot: DOWN-DOWN CLICK DOWN UP

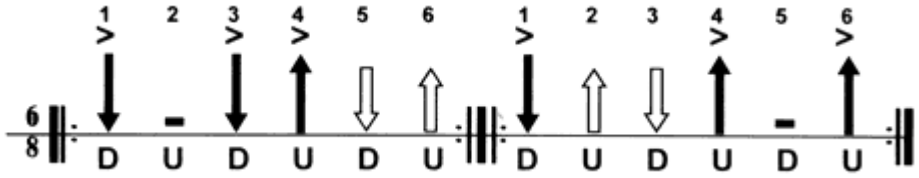
Invece di battere l'up sulla pelle dare il colpo sul bordo di legno eseguendo il movimento in modo fluido: dalla battuta in giù sulla pelle si risale con il colpo sul bordo, in pratica si da l'up battendo più in basso ma senza nessun altra modifica di angolazione.

Unendo il pattern con l'altro appreso nel terzo esercizio otteniamo
DOWN-DOWN click DOWN UP
DOWN CLICK DOWN CLICK NO CLICK

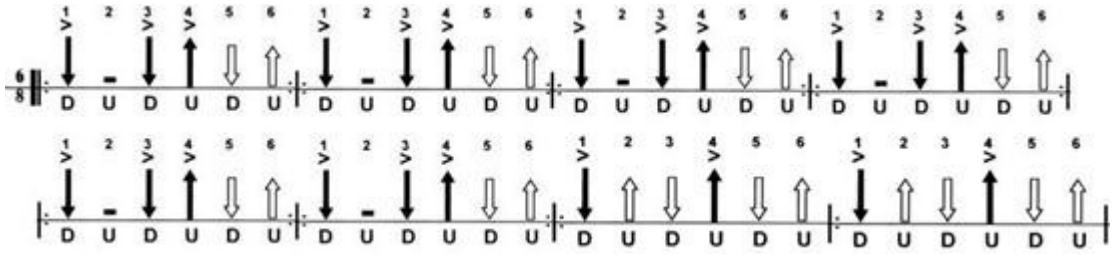
Ed ecco una serie di variazioni
In questo pattern invertite semplicemente le battute con l'UP UP spostato in alto (ore 15)



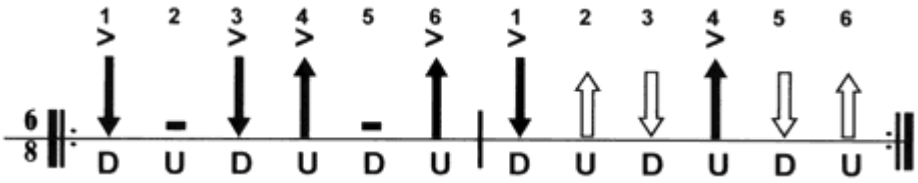
Adesso mettete insieme i due patterns appena imparati



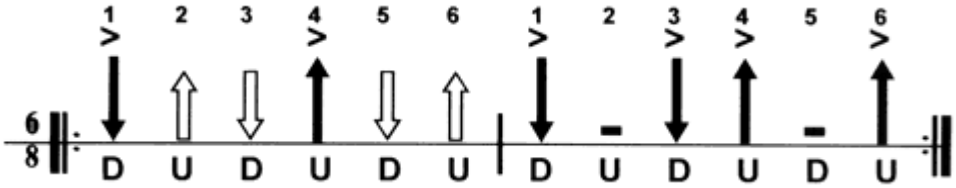
Sesto esercizio
Suonate la prima barra a ore 18 poi salite a ore 15 per arrivare all'ultima suonata a ore 15 e a scendere a ore 18



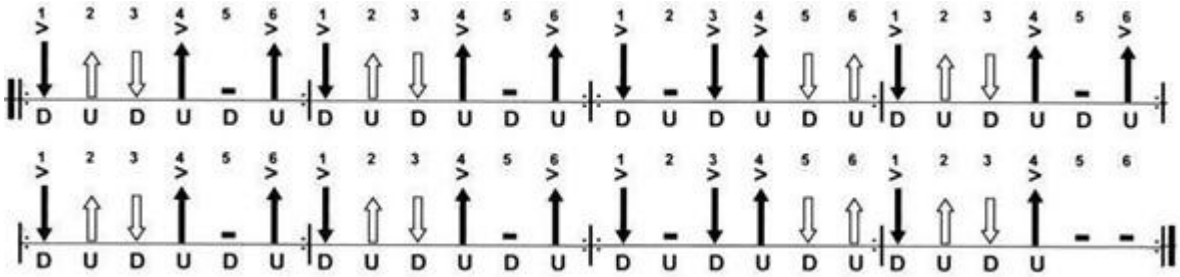
Settimo esercizio
Provate anche questa variazione spostandovi sempre per blocchi giù (ore 18) su(ore 15) e giù (ore 18) su (ore 15)



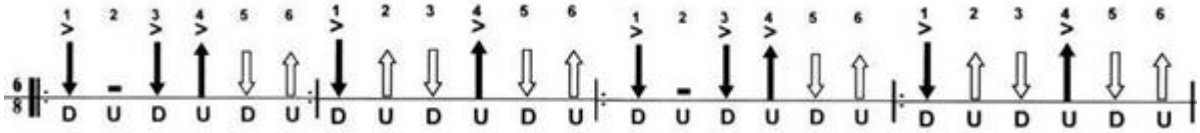
E anche questa



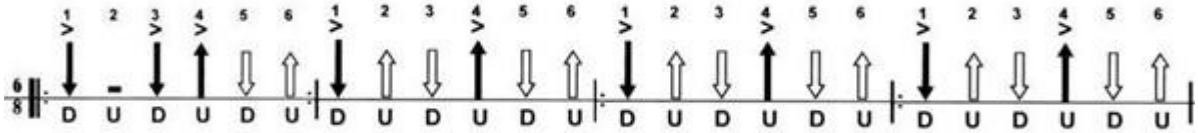
E infine questo pattern



Ottavo esercizio
Pattern: si abbina il DOWN-DOWN UP due tre con il ritmo base un-due-tre



La seconda riga può essere ripetuta come la prima, oppure come questa variazione

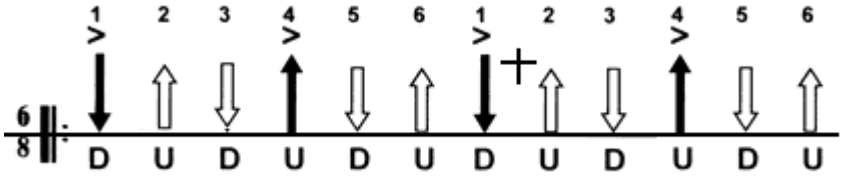


Nono esercizio

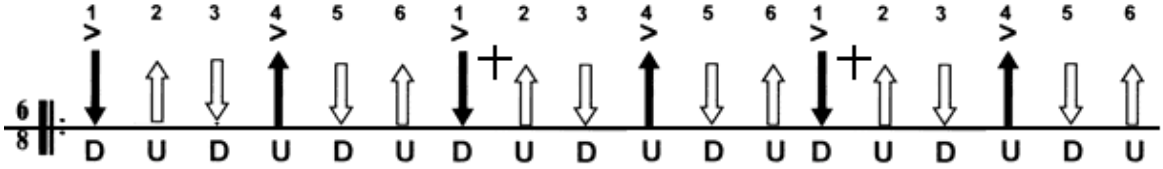
Jig con terzina (triplets)- Il 'triplet stroke' o terzina è una rotazione caratteristica e fluida del polso. La testa superiore è utilizzata per l'ornamento del ritmo, aggiungendo battute supplementari. Questa tecnica è denominata "raddoppiare il "downstroke" o il colpo in giù. Dopo il colpo in giù, girate la vostra mano ulteriormente, di modo che la testa superiore colpisca il tamburo come diretta conseguenza di questo movimento, producendo il secondo battito; colpo in su, ritornando alla posizione di partenza.

Jig con triplets- sul ritmo base: 1-2-3-/4-5-6// il triplet: 1 and-2-3-/4-5-6
Da memorizzare con 1 and-2-3-/1-2-3

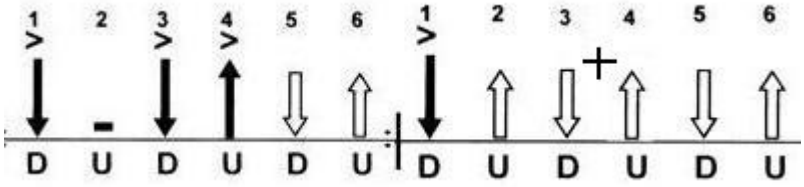
Variante eseguite il seguente ritmo (6 colpi normali, negli altri 6 il primo è raddoppiato):
1-2-3 / 4-5-6 // 1 and- 2-3/ 4-5-6// 1-2-3/ 4-5-6//1 and- 2-3/4-5-6//
Da memorizzare con
1-2-3-/1-2-3-// 1 and- 2-3/ 1-2-3//1-2-3-/1-2-3-// 1 and- 2-3/ 1-2-3



Altra variante Partendo da questo appena studiato, eseguite infine il triplet sul n 1 e sul n 4: 1-2-3-4-5-6 // 1 and-2-3-/4-5-6 // 1 and-2-3-/4-5-6//



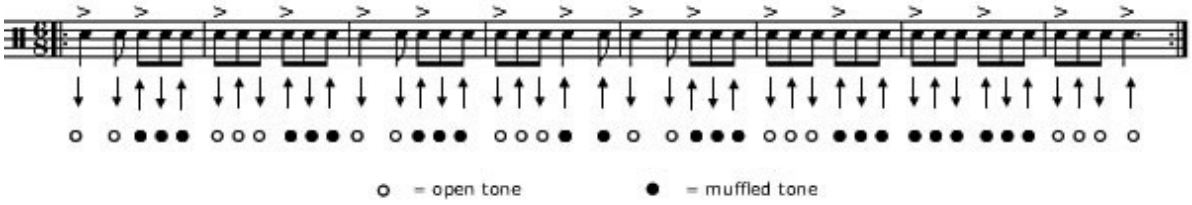
Decimo esercizio
Variazione con triplet: la triplet si può aggiungere alla 5 battuta della prima barra, alla 3 battuta della seconda barra (come da esempio) oppure alla 5 battuta delle seconda barra o alla 3 e alla 5 battuta della seconda barra. Sbizzarritevi!



Undicesimo esercizio
Jig con triplet con la tecnica Top End
Queste triplette non si eseguono nel modo "classico" ruotando il cipin e facendo battere anche l'altra capocchia, ma raddoppiando la velocità dell'unica punta che lavora. Cominciate solo con le triplette: tatata- tatata- tatata- … Ora eseguite un ritmo di jig, dove i primi 6 colpi sono normali, negli altri 6 il primo è raddoppiato (cioè insieme col 2, formano 3 colpi): 1-2-3-4-5-6 // 1 and 2- 3-4-5-6//

TIPOLOGIE DI NOTAZIONE
Un altro tipo di annotazione è il seguente: il rigo musicale è diviso in 8 barre e la sequenza è
DOWN-DOWN-UP-2-3 / DOWN-2-3 /UP-2-3/
DOWN-DOWN-UP-2-3 / DOWN-2-3 /UP-UP/
DOWN-DOWN-UP-2-3 / DOWN-2-3 /UP-2-3/
DOWN-2-3 /UP-2-3/ DOWN-2-3-UP

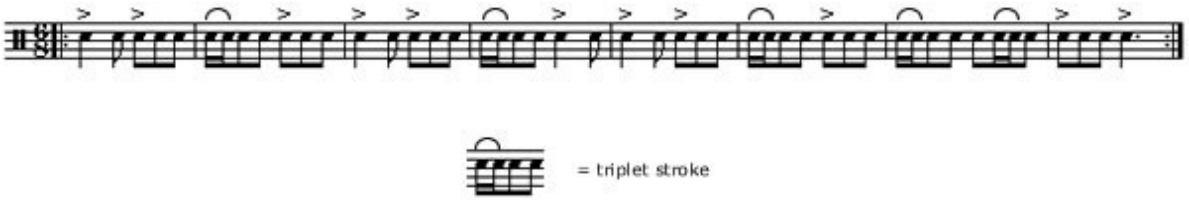
la mano sx si apre e si chiude alternativamente sulla pelle: sul primo beat, seconda posizione (open tone, mano a karate, suono forte); nel secondo accento posizione 2 (closed o muffed tone)



Ecco invece la notazione con trilplette

La mano sinistra compie gli stessi movimenti dell’esercizio base precedente

La sequenza è
DOWN-DOWN-UP-2-3 / DOWN- and 2-3 /UP-2-3/
DOWN-DOWN-UP-2-3 / DOWN- and 2-3 /UP-UP/
DOWN-DOWN-UP-2-3 / DOWN- and 2-3 /UP-2-3/
DOWN- and 2-3 / UP-and 2-3/ DOWN-2-3-UP



SLIP JIG

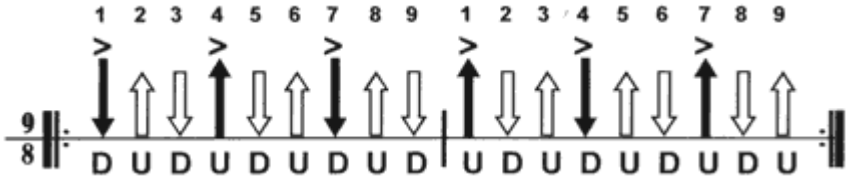
Slip-jig (6/9)

Memorizzate la sequenza con DOWN-due-tre UP-due-tre DOWN-due-tre

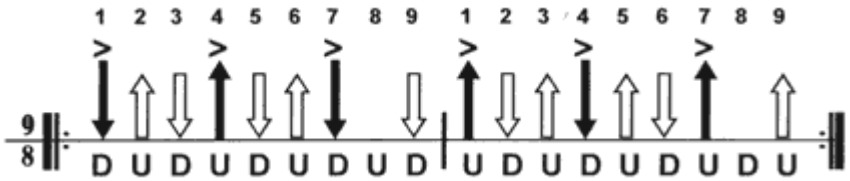
Ripetete anche iniziando con il levare accentuando la prima battuta

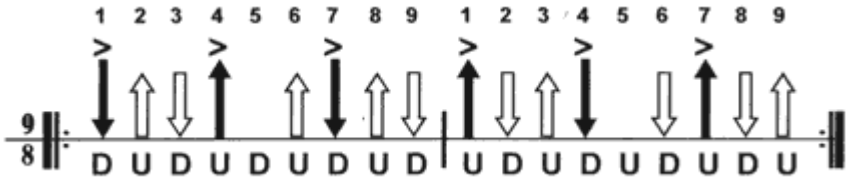
Secondo esercizio

SLIP JIG Pattern completo

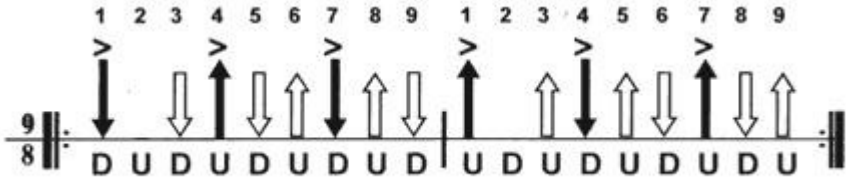


Terzo esercizio
Con lo skip
1-2-3/4-5-6/7-(8)-9// oppure: 1-2-3/4-(5)-6/7-8-9// oppure: 1-(2)-3/4-5-6/7-8-9//





DOWN-DOWN UP-due-tre DOWN-due-tre UP-UP DOWN-due-tre UP-due-tre



Cattia Salto 2010