

Niveau **1**

Nov 2026 -
Avril 2027

En chemin vers ton jeu Volume 2

Apprendre ou consolider les bases techniques du jeu des accords à travers une progression complète, intégrant le passage du pouce et de l'index, les sauts et les demi-positions. De nombreux exercices et morceaux visent à développer à la fois l'agilité, la précision et la détente. Une attention particulière est portée à la qualité du geste, afin d'installer des bases solides et durables. Pour les débutants et les citharistes plus avancés souhaitant approfondir leur technique.

Compétences

1. Comprendre et intégrer les notions techniques

- Comprendre les objectifs et les étapes de chaque exercice.
- Identifier les principes techniques sous-jacents.
- Développer une compréhension consciente du geste.

2. Développer la qualité du geste et du son

- Réaliser les exercices/morceaux avec précision, fluidité et détente.
- Affiner l'écoute pour améliorer la qualité sonore.
- Ajuster ces gestes pour respecter l'ergonomie de la main.

3. Maîtriser les déplacements et les enchaînements

- Conscientiser les distances entre les accords.
- Gérer les passages et les sauts avec précision et anticipation.
- Gagner en aisance dans les déplacements sur l'instrument.

4. Renforcer la coordination

- Coordonner les deux mains en alternance et en simultanée.
- Synchroniser différents types de gestes.
- Développer une coordination globale fluide et stable.

5. Développer l'autonomie dans le travail

- Identifier les difficultés techniques rencontrées.
- Mettre en place des stratégies adaptées pour les surmonter.
- Corriger les imprécisions pour gagner en solidité de jeu.



5x 1h30
110€



27.11.26 +
18.12.26 +
22.01.27 +
19.02.27 +
30.04.27
17h30-19h



Prérequis
Bases du volume 1
d'En chemin vers
ton jeu



Matériel
indispensable

• **En chemin vers ton jeu :**
Volume 2



S'inscrire



EDITIONS
PSALMS

Publications ■ Cours et sessions ■ Formation en ligne www.psalterion.info

Éditions Psalms ■ Catherine Weidemann ■ Weingartenstrasse 48/1 ■ 72517 Sigmaringendorf ■ Allemagne
info@psalmos.com ■ 0049 177 488 20 42 ■ Infos sous réserve de modifications ■ Version : 28.09.2026