

40 ritmos para que tu solo respire

Con las mismas tres notas puedes tocar 40 frases distintas. Lo que las separa no son las notas: es el ritmo.

Cómo usar este cuaderno

- **Escucha la célula.** En cada pista, una guitarra toca un ritmo de un compás, dos veces.
- **Cuando suena la campana, es tu turno.** Repite ese mismo ritmo dos compases, con la banda sonando y el compás corriendo.
- **Llévalo a tu solo.** Usa la célula sobre el modo o la escala que estés practicando.
- Cada pista tiene 5 células de una misma familia: 8 pistas, 40 células.

Cómo leer la cuadrícula

No hace falta leer pentagrama. Cada compás tiene 8 casillas: las 4 con número son los tiempos y las 4 con «y» son los medios tiempos. **Casilla dorada = tocas.** Casilla oscura = silencio.

Ej. 1 y 2 y 3 y 4 y



Las 3 notas

Siempre las mismas tres notas, en este orden que se repite: La, Do, Mi, Do... (la tríada de La menor). La armonía de fondo es Am7.

e	-0-----	Mi (cuerda 1, al aire)
B	-1-----	Do (cuerda 2, traste 1)
G	-2-----	La (cuerda 3, traste 2)

Cada vez que toques una casilla dorada, toca la siguiente nota de la secuencia: La, Do, Mi, Do, La, Do, Mi, Do...

LAS 40 CÉLULAS

1 y 2 y 3 y 4 y

Familia 1 · Negras · Pista 1

Golpes sobre el pulso, sin llenar los huecos. La base de todo fraseo.

1.1								
1.2								
1.3								
1.4								
1.5								

Familia 2 · Corcheas · Pista 2

Notas parejas, de dos en dos por tiempo. El ritmo que suena a escala.

2.1								
2.2								
2.3								
2.4								
2.5								

Familia 3 · Contratiempos · Pista 3

La mayoría de los golpes caen entre los tiempos, en el «y». Mueve la frase hacia delante.

3.1								
3.2								
3.3								
3.4								
3.5								

LAS 40 CÉLULAS

1 y 2 y 3 y 4 y

Familia 4 · Síncopas · Pista 4

El golpe cae donde no se espera y el pulso se siente igual. Groove inmediato.

4.1							
4.2							
4.3							
4.4							
4.5							

Familia 5 · Anticipaciones · Pista 5

La nota llega media corchea antes del tiempo fuerte.

5.1							
5.2							
5.3							
5.4							
5.5							

Familia 6 · Silencios con intención · Pista 6

El hueco forma parte de la frase: respirar es tocar.

6.1							
6.2							
6.3							
6.4							
6.5							

LAS 40 CÉLULAS

1 y 2 y 3 y 4 y

Familia 7 · Frase y respiro · Pista 7

Una idea corta y un silencio largo. Pregunta y pausa.

7.1								
7.2								
7.3								
7.4								
7.5								

Familia 8 · Mezcla · Pista 8

Combina las familias anteriores en un mismo compás.

8.1								
8.2								
8.3								
8.4								
8.5								

RUTINA DE 2 SEMANAS

10 minutos al día

Cada día: 2 min toca solo las 3 notas, parejas, con el clic · 5 min la pista del día (escucha, campana, repite) · 2 min usa una célula sobre tu modo · 1 min anota tu célula favorita del día.

1

Negras

Pista 1 · Negras

2

Corcheas

Pista 2 · Corcheas

3

Contratiempos

Pista 3 · Contratiempos

4

Síncopas

Pista 4 · Síncopas

5

Anticipaciones

Pista 5 · Anticipaciones

6

Silencios con intención

Pista 6 · Silencios

7

Frase y respiro

Pista 7 · Frase y respiro

8

Mezcla

Pista 8 · Mezcla

9

Repaso

Pistas 1 y 3: repite las dos que más te costaron

10

Repaso

Pistas 2 y 4

11

Repaso

Pistas 5 y 6

12

Repaso

Pistas 7 y 8

13

Tus 5 favoritas

Elige 5 células que te gusten y toca 1 compás de cada una, seguidas, sobre Am7 con el clic

14

Tu solo

Pista 8 sin mirar el PDF; después improvisa 8 compases usando solo 2 células