

Indice

Dediche	2
Credits	2
Indice	3
Gli Autori	4
Donato Begotti.....	4
Alessandro Tuvo.....	5
Ciao e benvenuto in “Extreme Metal Grooves”!	6
Che cos'è?.....	6
Obiettivi.....	6
È divertente!.....	6
Com'è strutturato?.....	6
CD.....	6
Nozioni Fondamentali	7
Il Drop.....	7
Scelta delle corde.....	7
Prima di iniziare.....	7
Lezione 1	
Il Downstroke	8
1. “Faster!”.....	8
2. “The match”.....	9
3. “Three trains traveling”.....	10
Lezione 2	
L'upstroke	11
4. “Funk one”.....	12
5. “The right DJ in the wrong place”.....	13
6. “Selfmade luna park”.....	14
Lezione 3	
La Pennata Alternata	16
7. “Egyptian trip”.....	16
8. “Modern age disco club”.....	18
9. “Unespectedly spicy!”.....	20
Lezione 4	
Skills!	22
10. “The kracken”.....	22
11. “Fair prey”.....	24
12. “Pimp my drink!”.....	26
13. “The hiding clone”.....	27
Lezione 5	
Like a Boss!	28
14. “Three pairs of twins”.....	28
15. “The annoying ballad”.....	30
16. “The drop theory”.....	32
17. “Insomnia”.....	34
18. “Like Chuck Norris does!”.....	36
Saluti	38
The making of	39
Ringraziamenti	40

Il Downstroke

Questa lezione è interamente dedicata allo sviluppo del downstroke (pennata in giù). È utilizzato quanto più possibile dai chitarristi metal di riferimento poiché consente di ottenere miglior attacco e definizione durante l'esecuzione di un riff. Vigge infatti il detto "Se puoi, fallo in downstroke!" Per ottenere grandi risultati anche ad alte velocità evita, sin da subito, l'impulso istintivo di imprimere troppa forza durante il suo utilizzo. Cerca invece di sfruttare il "rimbalzo della mano sulla corda". Ti consentirà di non affaticarti e mantenere il tiro!

1 "Faster!"

Questo esercizio è ideale per sviluppare un grintoso "pum": intonato e veloce. Ogni volta che sentirai dire "Faster!" significa che il tempo sta per aumentare di 10 BPM.

Obiettivo: Mantieni un timing solido e un'intenzione grintosa, senza alterare le dinamiche... fino alla fine!

Trick: Non irrigidire il polso della mano destra ed evita l'apnea. Quest'ultima, facendoti mancare l'ossigeno necessario, potrebbe compromettere la tua esecuzione.

Drop D



♩ = 150

Inizio esercizio 110 BPM

1

3

4.

5

Un'ottima strategia per ottenere maggiore velocità nelle ritmiche in downstroke sta nel fare brevi sessioni, inizialmente da cinque secondi o poco più, per poi successivamente aumentarne la durata sforzandosi di mantenere il timing a BPM più elevati.

2 "The match"

Anche questa ritmica è interamente eseguita in downstroke, ma a differenza della precedente, è strutturata su tre corde e presenta dei salti di corda. Una bella sfida!

Obiettivo: Cerca di eseguire con la massima pulizia le parti melodiche, ossia tutto ciò che non è suonato in palm muting.

Trick: Allenati sui salti di corda considerandoli come un esercizio a parte. Concentrati sui movimenti della mano destra e utilizza quella sinistra solo per stoppare le corde. Inizia studiando a bassa velocità, poi gradatamente aumentala. Quando ti senti pronto, fallo sulla base.

Drop D



♩ = 210

3 "Three trains traveling"

L'intero esercizio presenta una metrica costante per la mano destra: è terzinato. Ta-ta-ta, Ta-ta-ta, Ta-ta-ta, Ta-ta-ta, e alla fine... Pum!

Obiettivo: Evita le "scariche" della mano destra: l'errore che si commette quando, ad un BPM sostenuto, si tende a "muscolarizzarne" il movimento e di conseguenza, a non gestire più la pennata.

Trick: Per plettrare, utilizza unicamente il movimento del polso: è da lì che arriva la "grinta"!! Assicurati di non coinvolgere anche l'avambraccio.



Drop C

♩ = 150

1

3

6

9

Potrebbe esserti utile praticare davanti ad uno specchio poiché quando si studia non si è pienamente consapevoli dei propri movimenti.