

CVIČENÍ  
PRUŽNOSTI  
ZÁPĚSTÍ

EXERCISES FOR  
DEVELOPING SUP-  
PLENESS OF WRIST

ÜBUNGEN FÜR DIE  
ENTWICKLUNG DER  
GESCHMEIDIGKEIT  
DES HANDGELENKS

29

CVIČENÍ NA DVOU STRUNÁCH

EXERCISES ON TWO STRINGS

ÜBUNGEN AUF ZWEI SAITEN

Příklad s 575 variantami

Example, with 575 variants

Beispiel mit 575 Varianten

VARIANTY

VARIANTS

VARIANTEN

Celým smyčcem  
Whole bow  
Mit ganzem Bogen

$\text{♩} = 66$

1 GB GB etc. 2 etc.

3 GB GB etc. 4 5 6 7 b) GB a) GB

8 9 10 11 12

13 14 15 16

Polovinou smyčce  
Half-bow  
Mit halbem Bogen

$\text{♩} = 72$

17 HB HB 18 HB HB 19 20 21 b) HB a) HB

Nejprve dolní, pak horní polovinou. / First with lower, then with upper half. /  
Erst in der unteren, nachher in der oberen Hälfte.

22 23 24 25 26 27 28 29 30

Celým smyčcem a polovinou smyčce  
Whole and half bow  
Mit ganzem und halbem Bogen

$\text{♩} = 66$

31 GB oH GB uH GB oH GB uH uH GB oH GB

34 uH GB oH GB *simile* 35 36 37 38