

## Warm-Ups

### Craig Blundell Independence

#### Part 1

Independence 1: Der rechte und der linke Fuß gehen spazieren

I. rechter Fuß (Bassdrum)  
linker Fuß (Hi-Hat)

Independence 2: Doppelschläge mit den Füßen

II.

Independence 3: Independence 1 und Independence 2 hintereinander

III.

#### Trainingsempfehlungen:

- Wiederholt jeden Reihe mindestens eine Minute ohne Unterbrechung.
- Verwendet ein Metronom, orientiert euch dabei an eurem Spielniveau.